సాక్షి

ఫన్‌డే

ఆదివారం :: 27 ఆగస్టు 2017

అఆ

మాట సాయం కాదు
రండి... రాత సాయం చేద్దాం!

నవతరానికి కూడా
తెలుగంటే చాలా ఇష్టం.
మాట్లాడుతున్నారు కానీ...
పాఠం, రాయలేకపోతున్నారు.
రండి! మన పిల్లలకు
తెలుగు అక్షరాలు నేర్పిద్దాం...
తెలుగు తల్లికి
నీరాజనం అర్పిద్దాం!

(ఆగస్టు 29 తెలుగు భాషా దినోత్సవం)

12వ పేజీలో

చికిత్స బాగుంటేనే...
పిల్లలు మీ వెంటే...



తెలుగు రాష్ట్రాల్లో ప్రఖ్యాతి గాంచిన సంతాన వైద్యనిపుణురాలు డాక్టర్ పద్మలత యారాశి వెల్లడి

సంతానరాహిత్యంతో అలమటిస్తున్న వేలాది కుటుంబాల్లో పసిపిల్లల చిరునవ్వులు చిందిస్తున్న సక్సెస్‌ఫుల్ డాక్టర్

ప్రశ్న: డాక్టర్ పద్మలత గారికి నమస్కారం. మీ శీర్షిక రెగ్యులర్‌గా చదువుతూ ఉంటాను. మీ సమాధానాలు మమ్మల్ని చాలా ఎడ్యుకేట్ చేస్తున్నాయి. అవసరమైన వారికి " చికిత్స ద్వారా ".. అంతగా అవసరం లేని వారికి " సలహాలు.. సూచనల" ద్వారా మీరు ఎంతో మందికి స్వాంతన చేకూర్చటం చాలా గొప్ప విషయం. నాకొక కూతురు. వయస్సు 14 సంవత్సరాలు. ఈ మధ్యే రజస్వల అయ్యింది. మొదట్లో రెగ్యులర్‌గానే నెలసరి వచ్చింది. ఆ తర్వాత నెలసరి రావటం లేదు. చిన్న వయస్సులో రజస్వల అయ్యింది కాబట్టి నేనంత సీరియస్‌గా తీసుకోలేదు. కానీ., ఈ మధ్య మా కజిన్ సిస్టర్‌తో ఈ విషయం చెప్పినప్పుడు.. ఇది తేలికగా తీసుకోవాల్సిన విషయం కాదని.. దీనివల్ల సమస్యలు వస్తాయని.. భవిష్యత్తులో పిల్లలు కూడా కలగరని చెప్పింది. అప్పటి నుండి మాకు కొంత ఆందోళన మొదలైంది. మిమ్మల్ని కలవాలనుకుంటున్నాము. .

ఉమాదేవి, నాగర్ కర్నూల్.

జవాబు: సమస్య కఠినంగా మారకముందే.. భవిష్యత్తులో గర్భధారణ సమస్యలు ఎదురవకముందే.. మీరు డాక్టర్‌ను సంప్రదించాలన్న ఆలోచన మీలో కలుగ చేసిన మీ కజిన్‌కు ముందుగా మీరు థ్యాంక్స్ చెప్పండి. మీ కజిన్ చెప్పింది అక్షరాలా నిజం. నెలసరి సక్రమంగా రావటం లేదంటే.. ఖచ్చితంగా సమస్య ఉందనే భావించాలి. 'అమెనోరియా'తో ఇబ్బంది పడే స్త్రీలకు రెగ్యులర్‌గా నెలసరి రాదు. అసలు 'రజస్వలే' కాకపోవటం అనేది మొదటి సమస్య. ఒకవేళ రజస్వల అయినా.. ఆపై ఉన్నట్టుండి.. నెలసరి వాయిదా పడటం.. ఆగిపోవటం ప్రధానమైన సమస్య.

హార్మోన్ల పనితీరు.. మెదడులో హార్మోన్ల పనితీరు.. (FSH, L.H. హార్మోన్లు).. అండాశయం నుంచి విడుదల కావాల్సిన హార్మోన్ల పనితీరులో లోపాలున్నప్పుడు నెలసరిలో ఇబ్బందులు వస్తాయి. మీ అమ్మాయి విషయంలో నిర్లక్ష్యం అసలు పనికి రాదు. హార్మోన్లు సరిగ్గా విడుదల కాకపోవటం, విడుదలైన హార్మోన్లలో హెచ్చుతగ్గులుండటం.. మెటబాలిక్ సమస్యలు స్త్రీలను ఇబ్బంది పెడతాయి. దాంతో పెళ్ళయి భర్తతో కాపురం చేస్తున్న స్త్రీలకు తల్లిగా మారే అవకాశం సన్నగిల్లుతుంది. స్త్రీలలో క్రమం తప్పకుండా విడుదల కావాల్సిన అండాలు విడుదల కాకపోవటం వల్ల.. భర్తలో విడుదలయ్యే శుక్రకణాలు వ్యర్థమవుతాయి. గర్భాధారణ సమస్యలతో భవిష్యత్తులో ఎన్నో సమస్యలు వస్తాయి.

ముందుగా మీ అమ్మాయిని పరిశీలించాలి. అధిక బరువున్నా.. మరీ సన్నగా ఉన్నా.. ఆమెకు తగిన ఆహారాన్ని సూచించాలి. లావుగా ఉంటే.. పిండి పదార్థలు మాని.. రెగ్యులర్‌గా ఎక్సర్‌సైజ్ చేయాలి. మరీ డైటింగ్ చేయటం కూడా సరికాదు. ఎందుకంటే హార్మోన్ల పనితీరు బాగుండాలంటే.. శరీరంలో ఎంతో కొంత 'కొవ్వు' ఉండాల్సిందే. అండాశయంలో సిస్టులు.. యోని, గర్భాశయాల్లో ఇన్‌ఫెక్షన్స్ ఉన్నప్పుడు.. ఎండోమెట్రియం పొర అతుక్కుపోయినప్పుడు నెలసరిలో సమస్యలు ఉత్పన్నమవుతాయి. సమస్యను గుర్తించాక కొన్నిసార్లు మందులతోనే సమస్య పరిష్కారమవుతుంది. మరికొన్ని సార్లు డాక్టర్ పర్యవేక్షణలో చికిత్స చేయాల్సి వస్తుంది. ఏది ఏమైనా మీ అమ్మాయి ఇలాంటి సమస్యలతో బాధపడేవారికి ముందుగానే ఫెర్టిలిటి సెంటర్‌లో చూపిస్తే.. భవిష్యత్తులో పిల్లలు పుట్టరేమోనన్న బాధ పోతుంది.

ప్రశ్న: డాక్టర్ పద్మలత గారికి నమస్కారం. అంగస్తంభన బాగానే ఉంది.. భార్యతో కలయికలో కూడా సంతృప్తిగా ఉంది.. వీర్యం ఉత్పత్తి బాగానే ఉన్నా.. కొంతమంది మగాళ్ళలో ఎందుకు సంతాన సమస్యలు ఏర్పడతాయి? అసలు అన్నీ బాగానే ఉన్నా మగాళ్ళకు పిల్లలు పుట్టకపోవడానికి కారణం ఏమిటి? మగాళ్ళకే సమస్య ఉందని ఎలా చెపుతారు? ఎలాంటి పరీక్షలు చేస్తారు? చికిత్స ఎలా ఉంటుంది? తెలుసుకోవాలని ఉంది.

గంగాసాగర్, నిర్మల్.

జవాబు: తెలుసుకోవాలన్న ప్రయత్నం మంచిదే. కానీ., వ్యక్తిగతమైన సమస్యల్ని, జనరలైజ్ చేసి అడగటం విజ్ఞత కాదు. విషయ పరిజ్ఞానం కోసం చేసే ప్రయత్నమూ కాదు. మీకు పిల్లలు పుట్టకపోతే మీ సమస్య మీరే క్లియర్‌గా డాక్టర్‌తో షేర్ చేసుకుంటే తప్పకుండా పరిష్కారం లభిస్తుంది. ''కొంతమంది మగాళ్ళకు''అని జనరలైజ్ చేయడం సరి కాదు. మీలో (మీకున్న) సమస్యలకు/సందేహాలకు క్లుప్తంగా సమాధానం చెప్పాలంటే..

అంగస్తంభనలు బాగుండి.. భార్యతో కలయికలు బాగున్న ''కొంతమంది మగాళ్ళకు'' సరైన వీర్యోత్పత్తి జరగదు. వీర్యోత్పత్తి బాగుండి.. కాపురం చేస్తున్న ''కొంతమంది మగాళ్ళకు'' వీర్యంలో శుక్రకణాలు ఉండవు. శుక్రకణాలు బాగుండి.. భార్యతో సంతృప్తిగా దాంపత్యసుఖం అనుభవిస్తున్న ''కొంతమంది మగాళ్ళకు'' శుక్రకణాల సంఖ్య సరిగ్గా ఉండదు. వాటి ఆకృతి బాగుండదు. కదలికల్లో చురుకుదనం ఉండదు. హార్మోన్ల లోపాలు, జీవన విధానంలో తప్పులు, దురలవాట్లు, భాగస్వామితో కాకుండా ఇతరులతో కలయిక ద్వారా వచ్చే జబ్బులు, ఆ జబ్బుల ద్వారా వృషణాలకు, ప్రొస్టేట్ గ్రంథికి సోకే ఇన్‌ఫెక్షన్లు ఉన్నప్పుడు ''కొంతమంది మగాళ్ళకు'' పిల్లలు పుట్టరు.

ఇలాంటి వారికి వీర్యపరీక్షలు, హార్మోన్ల పరీక్షలు, కలర్ డాప్లర్ స్టడీ, టెస్టిక్యూలార్ బయాప్సిల ద్వారా సమస్య ఏమిటన్నది తెలుస్తుంది. ''కొంతమంది మగాళ్ళకు'' కేవలం ఫిజికల్ సమస్యలే కాకుండా మానసికమైన వత్తిడులు, సమస్యలు, జన్యుపరమైన లోపాలు ఉంటాయి. దేనికైనా సరే.. వారి వారి సమస్యను బట్టి చికిత్స చేస్తాము. సరైన చికిత్స ద్వారా తప్పకుండా పిల్లలు పుడతారు.

ADVT



మాతృత్వ టెస్ట్‌ట్యూబ్ బేబి సెంటర్

హైదరాబాదు

ప్లాట్ నెం: 29, రోడ్ నెం- 01, జూబ్లిహిల్స్, ఫిల్మ్‌నగర్, హైదరాబాదు. ఫోన్ : 9100222604

తిరుపతి

మాతృత్వ టెస్ట్‌ట్యూబ్ బేబి సెంటర్
మా భూమి టవర్స్, డోర్ నెం: 18-1-302ఎ/ఎ1
భవాని నగర్, కెటి రోడ్, తిరుపతి ఫోన్ : 8099922895

కోరమంగళ

మాతృత్వ టెస్ట్‌ట్యూబ్ బేబి సెంటర్
సైట్-2, బి బ్లాక్, 100 ఫీట్‌రోడ్, కోరమంగళ ఎక్స్‌టెన్షన్,
బెంగుళూరు. ఫోన్: 09108446553

బెంగుళూరు

మాతృత్వ టెస్ట్‌ట్యూబ్ బేబి సెంటర్
57/1, ఈస్ట్‌పార్క్‌రోడ్, మల్లేశ్వరం,
బెంగుళూరు. ఫోన్: 09108446553

హొసూరు

విజయ్ సృష్టి ఫెర్టిలిటి సెంటర్,
నెం: 76, ఓల్డ్ బెంగుళూరు రోడ్, హొసూరు
ఫోన్: 09944827846

కర్నూలు

మాతృత్వ టెస్ట్‌ట్యూబ్ బేబి సెంటర్
డోర్‌నెం. 50-760, ఫస్ట్ ఫ్లోర్, విశ్వభారతి హాస్పిటల్ లేన్,
గాయత్రి ఎస్టేట్స్, కర్నూలు. ఫోన్: 7331164105



ప్రొద్దుటూరు

పద్మ టెస్ట్‌ట్యూబ్ బేబి సెంటర్

ప్రొద్దుటూరు, కడప జిల్లా.
ఫోన్ : 9100775988, 9100775987

● టాప్ స్టోరీస్

జీవన సారం

ఒకవేళ ఆలోచనలు భాషను కలుషితం చేసినట్లయితే, భాష కూడా ఆలోచనలను కలుషితం చేస్తుంది.

- జార్జ్ ఆర్వెల్, ప్రముఖ ఇంగ్లీష్ రచయిత





● హావ్ ఫన్

ఆకలి ఉండాలి

సృష్టి మొదలైనప్పట్నుంచీ మనుగడ కోసం పోరాటం సాగుతూనే ఉంది. పోరాటంలో గెలిచినవే బతికాయి. ఓడినవి నామరూపాలు లేకుండా పోయాయి. మనుగడ కోసం బోగన్‌విల్లా చెట్టు ఎంతలా పోరాడుతుందో మీకు చెబుతాను. బోగన్‌విల్లా.. మనం రోజూ చూసే కాగితప్పూల చెట్టు. దీనికి నీళ్లు పోసినంత కాలమూ పూలు రావు. ఆకులు మాత్రమే వస్తాయి. ఎప్పుడైతే నీళ్లు పోయడం ఆపేస్తామో, అప్పుడే పుష్పించడం మొదలుపెడుతుంది. మరెందుకు నీళ్లు పోయాలి? దీనికి కాళ్లు లేవు. నీళ్లు తెచ్చుకోలేదు. మనిషి ఆ పూలను చూసి, ఆహ్లాదం చెంది, చెట్టును కాపాడుకునేలా భగవంతుడు దాన్ని విరగబూయిస్తాడు. దీనివల్ల మనిషి వెళ్లి నీళ్లు పోస్తాడు. ఆ నీళ్లే దానికి జీవనాధారం.

ఇక్కడ నీళ్లు లేకపోవడం ప్రాణికి కష్టం. ఆ కష్టం పడ్డాకే దానికి ఫలితం దక్కింది. మనకూ అలాంటి కష్టాలు కావాలి. అలాంటి కష్టాలను మనం ఆహ్వానించాలి. అప్పుడే రాటుదేలుతాం. సమస్య వచ్చినప్పుడే పరిష్కారం గురించి ఆలోచిస్తాం. ఆకలితో ఉన్నప్పుడే ఆహారం కోసం వెతుకుతాం. మనకు ఆకలి అవసరం. ఏదో చేయాలన్న ఆకలి. ఇంకేదో సాధించాలన్న ఆకలి. అప్పుడే మనిషి పుష్పించగలుగుతాడు.

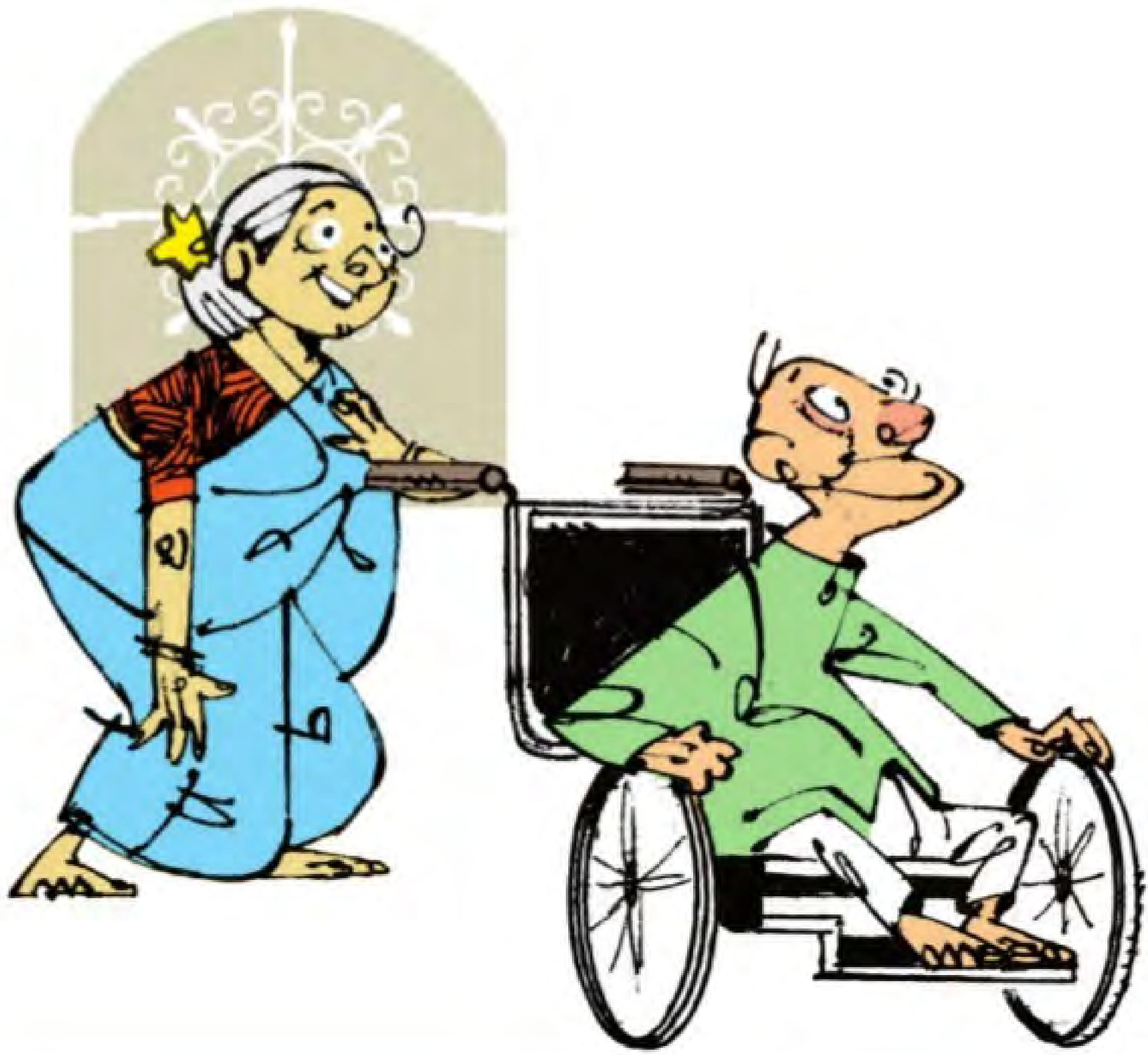
ప్రకృతి చక్రంలో మనిషి అన్నింటికంటే పైస్థాయిలో ఉన్నాడు. మనిషి అస్తిత్వం అతడు పొందిన గౌరవంతోనే లెక్కించబడుతుంది. బోగన్‌విల్లా నీళ్ల కోసం పుష్పిస్తుంది. మనిషి ఉనికికి గౌరవమే నీళ్లు. అతడు ఏ పరిస్థితుల్లోనైనా పుష్పించగలగాలి. ఆకలి తీరాక తృప్తి చెందకూడదు. ఎదిగినప్పుడు ఆకులనే కాదు పూలనూ ఇవ్వాలి.

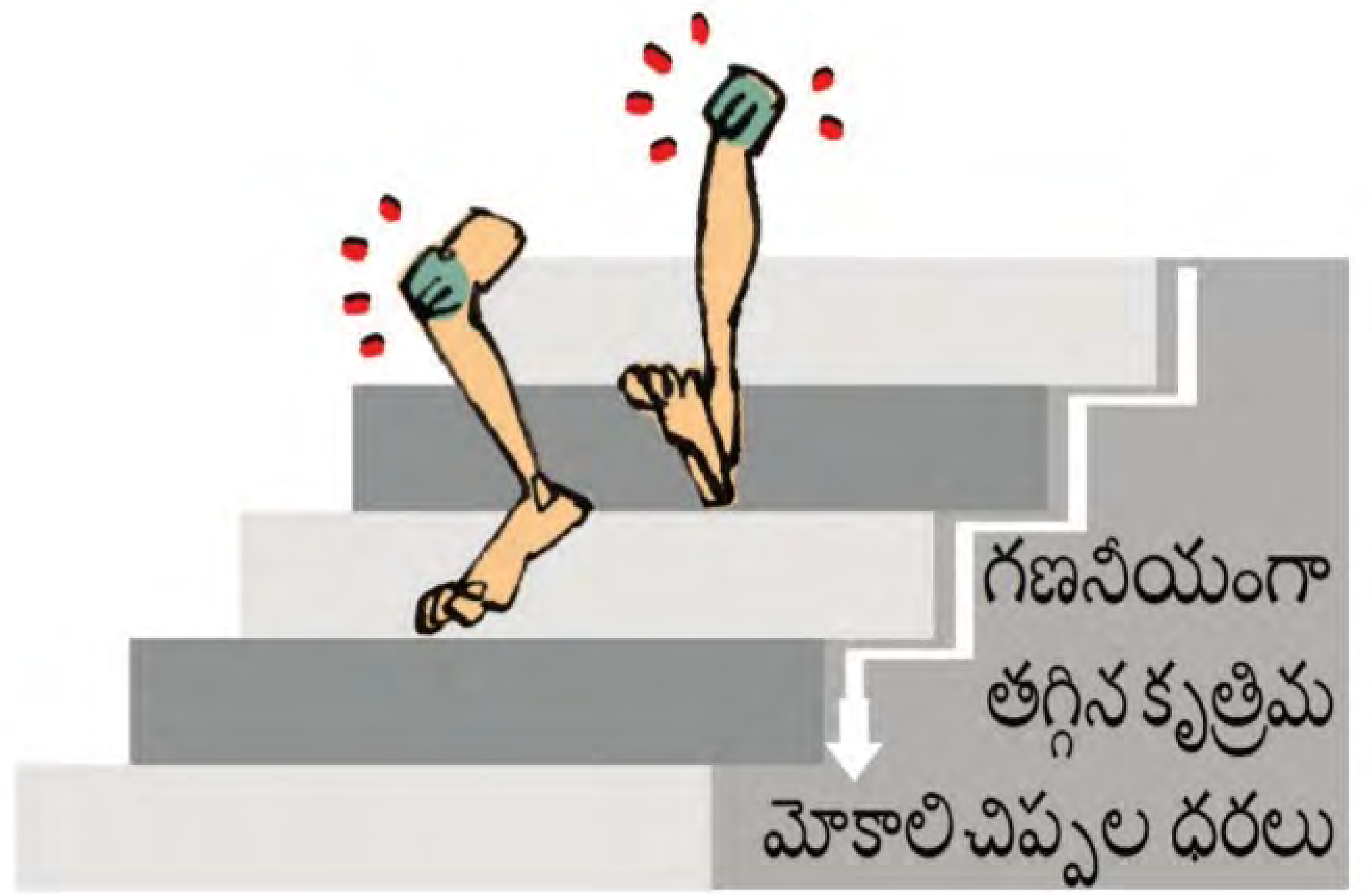
మన మాతృభాష కూడా ఓ బోగన్‌విల్లా లాంటిదే. ఆ చెట్టుకు కాసే అందమైన పూలే మన తెలుగు పలుకులు. మనం తెలుగు నేర్చుకున్నాం కాబట్టి, మన ఆకలి తీరింది కాబట్టి, మనం భావి తరాలకు ఇంగ్లీషు ఆకులు ఇవ్వనక్కర్లేదు. మన పిల్లల్లో కూడా తెలుగు ఆకలిని రేకెత్తించాలి. వాళ్ల జీవితాల్లో కూడా తెలుగు పువ్వుల వెలుగులు నింపాలి. మళ్లీ అదే ఆకలితో రండి... అక్షరాభ్యాసం చేద్దాం. తెలుగుతల్లి పాదాల దగ్గర మన పిల్లలకు తెలుగు రాయడం, తెలుగు చదవడం నేర్పిద్దాం. ఈ తెలుగు అక్షరాలు తెల్ల కాగితం మీద రాసినా ఆ కాగితాలే రంగు రంగుల పువ్వుల్లా వెలిగిపోతాయి. మన సంస్కృతికి, మన మాతృభాషకు, మన గౌరవానికి, మన ఉనికికి సంతకం అవుతాయి.

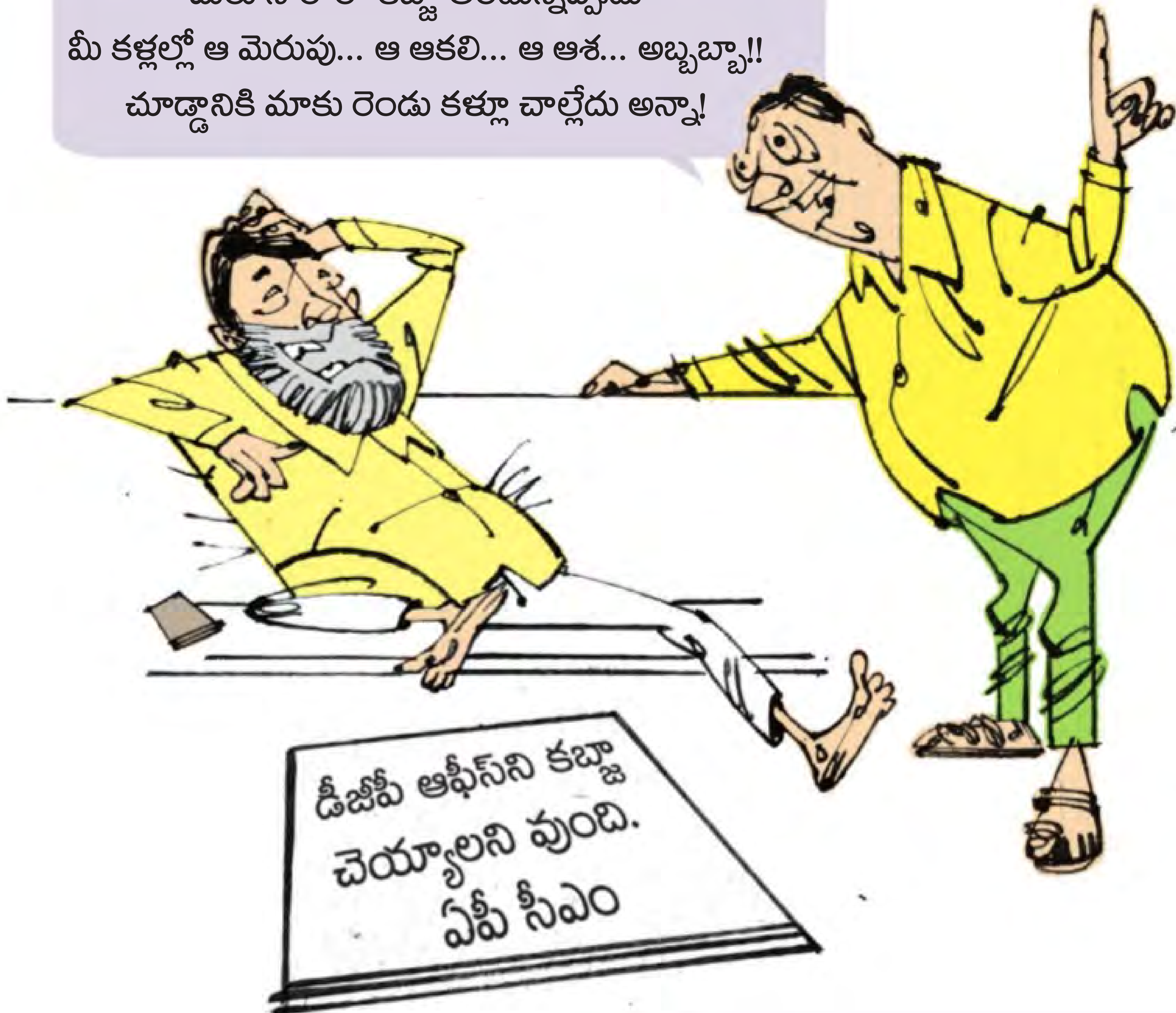
మీ

(సంతకం)

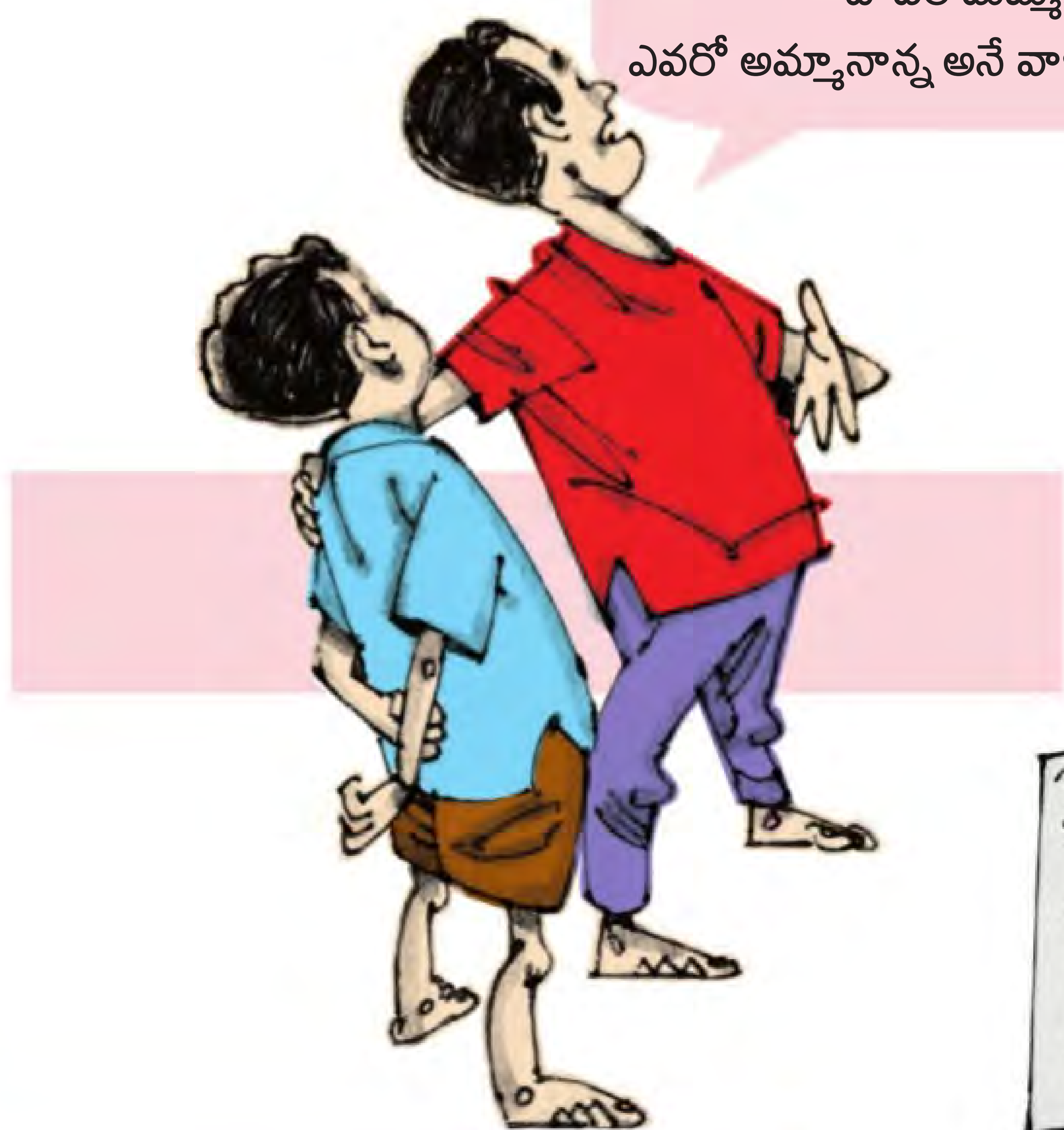
ఎడిటర్, ఫన్‌డే & ఫ్యామిలీ




గణనీయంగా
తగ్గిన కృత్రిమ
మోకాలి చిప్పల ధరలు


మీరు నోరారా కబ్జా అంటున్నప్పుడు
మీ కళ్లల్లో ఆ మెరుపు... ఆ ఆకలి... ఆ ఆశ... అబ్బబ్బా!!
చూడ్డానికి మాకు రెండు కళ్లూ చాల్లేదు అన్నా!
డీజీపీ ఆఫీస్‌ని కబ్జా
చెయ్యాలని వుంది.
ఏపీ సీఎం


నోరు తిరగని పదాలు భాష ఏంటి అధ్యక్షా? మాటలంటే
చక్కగా 'పుట్టిన్నాడు, చచ్చిన్నాడు, మహానాడు'లా
వుండాలి కానీ...
గౌతు లచ్చన్న జయంతిని
వర్ధంతి వేడుకన్న
మంత్రి అచ్చెన్న


మమ్మీ! వీడు నా ఫ్రెండ్ శివ.
పాపం మమ్మీ, డాడీ లేరు. ఆర్ఫన్!
ఎవరో అమ్మానాన్న అనే వాళ్లింట్లో వుంటాడు! సో సాడ్ కదా!!
తెలుగు భాషా
దినోత్సవ
శుభాకాంక్షలు




ఫన్ గామా

ఫన్ టైమ్

• కాపీరాగం

నడక కలిసిన నవరాత్రి...

హిట్లర్ సినిమాలో...

'నడక కలిసిన నవరాత్రి
సిగ్గుపడితే శివరాత్రి
పడుచు సొగసుల పలాస్త్రీ
అంటనీడే నా మేస్త్రీ' పాట ఎంత హిట్టో

తెలిసిందే.

కోటి సంగీతంలో రూపుదిద్దుకున్న ఈ పాటలో వేటూరి పదచమత్కారం ఆకట్టుకుంటుంది. యస్పీబాలు, చిత్ర ఆకట్టుకునేలా పాడారు. ఈ సంగతి ఎలా ఉన్నా... ఈ పాట ట్యూన్ మాత్రం సూపర్‌హిట్ అరబిక్ సాంగ్ 'హబీబీ యా నూర్ ఇలా యే' ట్యూన్‌లా ఉంటుంది.

'హిట్లర్' సినిమాలోని పాట పుణ్యమా అని 'హబీబీ' అనే మాట మనకు బాగా చేరువైంది.

'హబీబీ' అంటే మన తెలుగులో... 'నాకు నీ ప్రేమకావాలి' అని అర్థం.



హాయిగా ఏడవండీ!

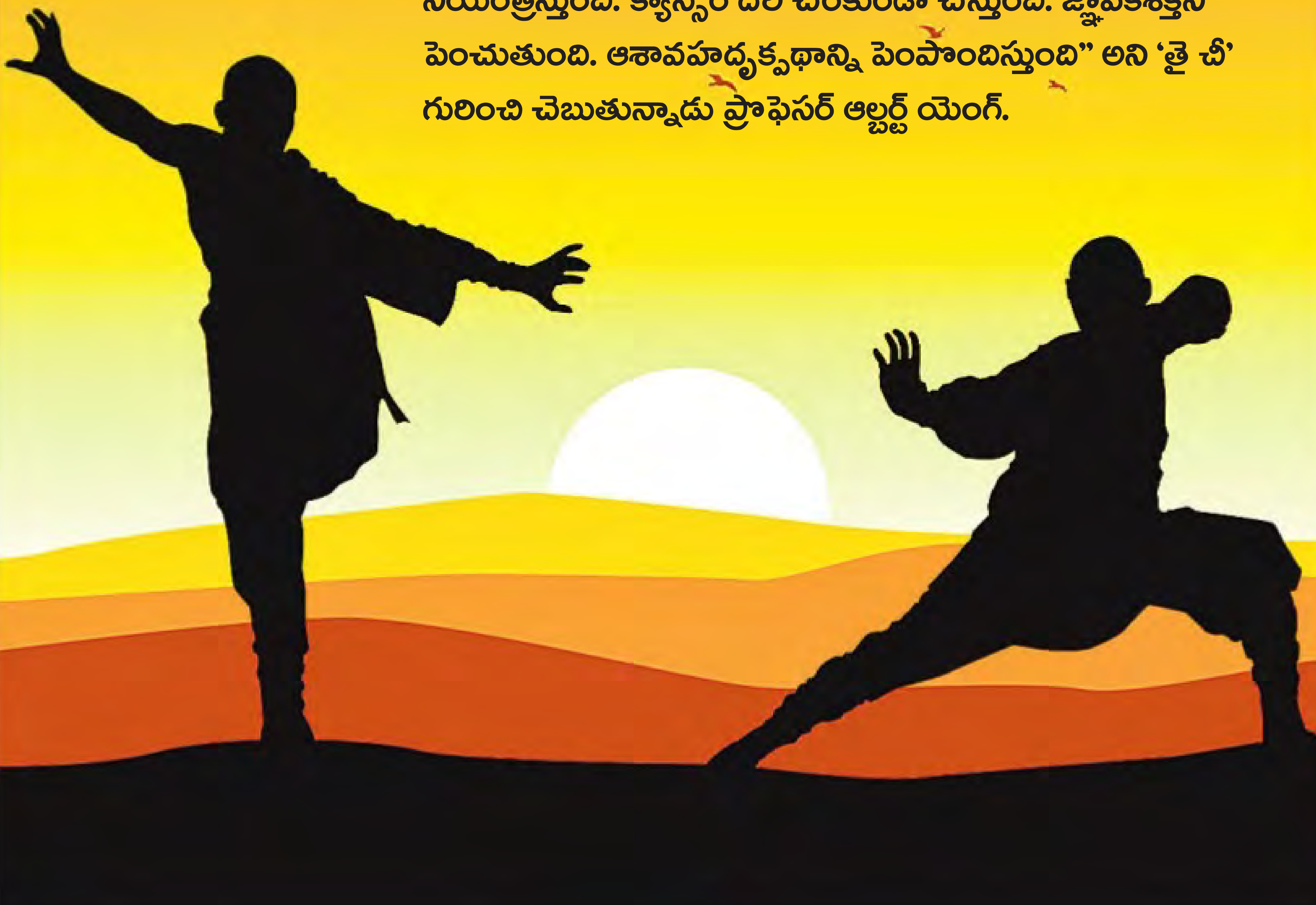


'హోటల్‌లలో
మా హోటల్ వేరయా'
అంటుంది టోక్యోలోని యోసూయ హోటల్. దీని ప్రత్యేకత ఏమిటంటే...ఈ హోటల్‌కు వచ్చిన అతిథులు (కేవలం మహిళలు) హాయిగా ఏడ్చేయవచ్చు. వారు ఏడ్వడానికి ప్రత్యేకగదులు, నాణ్యమైన, విలువైన టిష్యూ పేపర్లు, ఐ మాస్క్‌లు, ఏడుపుగొట్టు సినిమాలు... ఇలా సకల లగ్జరీ సదుపాయాలు ఉంటాయి.
"ఎంతటి బాధ అయినా, కొండంత ఒత్తిడి అయినా ఒక్క ఏడుపుతో పోతుంది" అంటుంది హోటల్ యాజమాన్యం!

కుంగుబాటుతో ఫైటు!

కుంగుబాటు(డిప్రెషన్) సమస్యతో ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఎంతో మంది బాధపడుతున్నారు. అయితే ఈ సమస్యకు 'తై చీ' చక్కటి పరిష్కారం చూపుతుందంటున్నారు పరిశోధకులు. 'తై చీ' అనేది ప్రాచీన చైనీస్ యుద్ధకళ.

కుంగుబాటు లేకుండా చేయడం మాత్రమే కాదు... రక్తపోటును నియంత్రిస్తుంది. క్యాన్సర్ దరి చేరకుండా చేస్తుంది. జ్ఞాపకశక్తిని పెంచుతుంది. ఆశావహదృక్పథాన్ని పెంపొందిస్తుంది" అని 'తై చీ' గురించి చెబుతున్నాడు ప్రొఫెసర్ ఆల్బర్ట్ యెంగ్.



హలో.... హలో



ఇద్దరు తెలివితక్కువవాళ్లు ఫోన్‌లో ఇలా మాట్లాడుతున్నారు...

మొదటివాడు: హలో... ఎవరు మాట్లాడుతున్నారు?

రెండోవాడు: హలో... నేను. మీరెవరు?

మొదటివాడు: హలో... నేనే!

ఐ లవ్ యూ!



ప్రేమ్: నువ్వంటే నాకు ఎంత ఇష్టమంటే... నీ కోసం ప్రపంచం చివరి అంచుల వరకు వెళ్లొస్తా.

ఆశ: థ్యాంక్స్. అయితే నువ్వు నాకో ప్రామిస్ చేయాలి. జీవితాంతం నువ్వు అక్కడే ఉండాలి.

ప్రేమ్:!!!????

కొత్త కొటేషన్



'మన దగ్గర ఎన్నో పరిష్కారాలు ఉంటాయి.
సమస్యలు మనవి కానప్పుడు!'



• యానిమేషన్ మ్యాజిక్

ఊహా ప్రపంచంతో ఆట!

యానిమేటెడ్ సినిమాలు చూస్తున్నప్పుడు ఎప్పుడైనా అందులోని క్యారెక్టర్స్‌తో ఆడుకోవాలని అనిపించిందా? సినిమాల్లో వర్షం సీన్లను చూస్తూ మనమూ ఆ వర్షంలో తడుస్తున్నట్లు ఫీల్ అవ్వాలని అనిపించిందా? ఒక లేని ప్రపంచాన్ని ఉందనుకొని ఆ ప్రపంచంతో కలిసిపోవాలని అనిపించిందా? డిస్నీ సంస్థ 'మ్యాజిక్ బెంచ్'తో వీటన్నింటినీ నిజం చేసేస్తోంది. మిక్స్‌డ్ రియాలిటీ పేరుతో ఒక ఊహా ప్రపంచాన్ని కళ్లముందుకు తెచ్చేస్తూ, ఆ ప్రపంచాన్ని ఫీల్ అయ్యేలా చేస్తోంది. మ్యాజిక్ బెంచ్ ఆలోచన ఏంటంటే.. ఆర్‌జీబీ కెమెరాతో సెట్ చేయబడిన రూమ్‌లో ఒక బెంచీపై మనల్ని కూర్చోబెడతారు. ఎదురుగా ఉండే పెద్ద మిర్రర్‌లో మన ఇమేజ్ కనిపిస్తుంది. ఇప్పుడు ఆ ఇమేజ్‌లో మెల్లిగా ఓ కుక్కపిల్లో, ఏనుగో ప్రవేశిస్తుంది. అది యానిమేషన్ సహకారంతో తయారైన క్యారెక్టర్. ఇందుకు డెప్త్ సెన్సార్లు వాడుతున్నారు. ఇమేజ్‌లో ఆ క్యారెక్టర్ కనిపిస్తుంది కానీ, రియాలిటీలో ఉండదు. ఇమేజ్‌లో చూస్తూ ఆ క్యారెక్టర్ పక్కనే ఉందని ఊహించుకుంటూ దానితో ఆడుకోవచ్చు. సౌండ్ డిజైన్ కూడా యానిమేటెడ్ క్యారెక్టర్ పక్కనే ఉందన్నట్లుగా ఉంటుంది. యానిమేటెడ్ క్యారెక్టర్ మనకు ఏదైనా వస్తువు ఇచ్చినట్లు, ఆడుకున్నట్లు అంతా స్క్రీన్‌పై కనిపిస్తుంది. వర్షం పడుతూంటే తడుస్తున్నట్లు, నీటిలో మునిగిపోతున్నట్టూ.. ఇలా మ్యాజిక్ బెంచ్‌తో ఒక కొత్త ఊహా ప్రపంచాన్నే మన చుట్టూ సృష్టించుకోవచ్చు! డిస్నీ రీసెర్చ్ టీమ్ ఇప్పుడు ఈ ఆలోచనను అందరికీ చేరువయ్యేలా డిజైన్‌లో అవసరమైన మార్పులు చేస్తోంది. ఇది మనమూ ఎక్స్‌పీరియన్స్ చేయడానికి ఎక్కువ రోజులేం పట్టదు! ఎదురుచూద్దాం.. కొన్నాళ్లే!

• సిల్లీ బిజినెస్



ఒంటి మీద స్ప్రేకొట్టు...

దెయ్యాలను తరిమికొట్టు...

ఒంటి మీద స్ప్రేలు, డియోడరెంట్లు చల్లుకుంటే దేహ పరిమళం మరుగున పడి పరిసరాల్లో ఆహ్లాదభరితమైన సుగంధ పరిమళాలు వ్యాపిస్తాయి. ఎంతటి ఖరీదైన స్ప్రేలైనా వాటి ప్రయోజనం పరిమళాల వ్యాప్తి వరకు మాత్రమే పరిమితం. ఇక్కడ ఫొటోలో కనిపిస్తున్న 'ఆరా మిస్ట్' స్ప్రే మాత్రం అలాంటిలాంటిది కాదంటున్నారు దీని తయారీదారులు. ఒంటి మీద స్ప్రేకొట్టు... దెయ్యాలను తరిమికొట్టు... అని నమ్మకంగా చెబుతున్నారు. ఒంటి మీద ఈ స్ప్రే గనుక కాస్తంత చల్లుకుంటే, పరిసరాల్లో నారింజ, లావెండర్ వంటి సుగంధ పరిమళాలు వ్యాపించడమే కాదు, దరిదాపుల్లో ఎలాంటి భూతప్రేత పిశాచాలు ఉన్నా అవి పటాపంచలై పలాయనం చిత్తగిస్తాయని చెబుతున్నారు. దీని దెబ్బకు నిద్రలో పీడించే దెయ్యాలు సైతం పరారైపోతాయని చెబుతున్నారు. 'కేట్స్ మ్యాజిక్' అనే అమెరికన్ కంపెనీ కొన్నేళ్ల కిందట మార్కెట్‌లోకి విడుదల చేసిన ఈ 'ఆరా మిస్ట్' స్ప్రేకు ఇప్పటికీ గిరాకీ బాగానే ఉంది. నాలుగు ఔన్సుల సీసాల్లో ఆకర్షణీయమైన ప్యాకింగులో విక్రయిస్తున్న ఈ స్ప్రే ఒక్కోసీసా ధర దాదాపు 15 డాలర్లు (రూ.965) మాత్రమే.

• ఫన్నీ ఫ్యాషన్



తలకు మొలకలు

తలకు పిలకలు వేలాడుతూ ఉండటం వెరీ వెరీ ఓల్డ్ ఫ్యాషన్. తలకు లేలేత మొలకలు మొలిపించుకోవడం లేటెస్ట్ ఫ్యాషన్. ఈ ట్రెండ్ మన దేశానికి ఇంకా రాలేదు గాని, చైనాలో మాత్రం ఇదే హాటెస్ట్ ట్రెండ్. ఆడా మగా తేడా లేకుండా చైనాలో అందరూ ఫాలో అయిపోతున్న ఫ్యాషన్ ఇది. ఫొటోల్లోని తలల మీద పచ్చగా మొలిచిన మొలకలను చూస్తుంటే, వీళ్లేమైనా తలకు మట్టి పట్టించుకుని విత్తనాలు నాటుకున్నారా అనే అనుమానం వస్తోందా? అలాంటిదేమీ లేదు! ఈ మొలకలు మట్టిలోంచి లేదా మట్టి బుర్రల్లోంచి మొలిచినవేమీ కావు. జస్ట్ హెయిర్ పిన్స్! అంతే!





ఎమోజీ అప్పుడెప్పుడో పుట్టింది!



నవ్వును, బాధను, కోపాన్ని, ఇష్టాన్ని, అలసటను.. ఇలా ఒక్కటనేంటీ, మనం ఆ సమయానికి ఏ మూడ్‌లో ఉన్నామో ఆ మూడ్‌ను అవతలి వాళ్లకు సులువుగా అర్థమయ్యేలా చెప్పడానికి మనకు దొరికిన ఓ గొప్ప వెసులుబాటు ఎమోజీ. ఇప్పుడున్న ఈ స్మార్ట్‌ఫోన్ యుగంలో ఎవరికైనా ఓ మెసేజ్ పెట్టాలంటే, కచ్చితంగా ఓ 'ఎమోజీ' వాడాల్సిందే మరి! అంతలా మన మెసేజీల్లోకి వచ్చేసిన ఈ ఎమోజీకి పెద్ద చరిత్రే ఉంది. ఫోన్లలో అయితే 1999లో ఎమోజీ వచ్చింది. అంతకు ముందు కంప్యూటర్ కీబోర్డ్‌లో ఉండే సింబల్స్‌ను వాడుకుంటూనే ఫీలింగ్స్ చెప్పుకునేవారు. ఇలా సింబల్స్ వాడటాన్ని 'ఎమోటికాన్' అంటారు (ఉదాహరణకు :), :(,:ఈ). ఎమోటికాన్, ఎమోజీలు ఇప్పుడు ఇంతలా పాపులర్ అయ్యాయని చెప్పుకుంటున్నాం కానీ, నిజానికి వేల ఏళ్ల కిందటి నుంచే ఎమోజీ ఆలోచన ఒకటి ఉందని పరిశోధనలు చెబుతున్నాయి. ఈమధ్యే టర్కీలో పురావస్తు శాఖ తవ్వకాల్లో దొరికిన 3,700 ఏళ్ల క్రితం నాటి కుండపై 'నవ్వు'ను ప్రెజెంట్ చేస్తూ ఓ బొమ్మ కనబడింది. ఎమోజీ ఆలోచన కూడా అదేగా మరి! అంటే ఫీలింగ్స్‌ను ఇలా చెప్పుకోవడం ఇప్పటిదేం కాదన్నమాట!

కెవ్వు కేకు...

సాధారణంగా మనం మార్కెట్‌లో కొనుక్కున్న కేకు ఎంతసేపు తాజాగా ఉంటుంది..? ఓ రెండు గంటలు. ఫ్రిజ్‌లో పెడితే... ఓ రోజు ఉంటుంది. అలా కాకుండా దశాబ్ద కాలం... అంటే కచ్చితంగా 100 ఏళ్లు, చెప్పాలంటే మరో ఆరేళ్లు పైమాటే ఓ కేకు ఫ్రెష్‌గా ఉందంటే నమ్ముతారా? తప్పక నమ్మాలనే చెప్పాలి. ఎందుకంటే... ఇటీవల న్యూజిలాండ్‌కు చెందిన అంటార్కిటిక్ హెరిటేజ్ ట్రస్ట్ వాళ్లకు అలాంటి కేక్ 'కేప్ అడారే' అనే ప్రాంతంలో దొరికింది. అక్కడ ఒక తుప్పుపట్టిన డబ్బాలో ప్యాకింగ్ చేసిన ఈ కేక్ లభించింది. ఇంతకీ ఆ కేక్ ఎవరిదై ఉంటుందో అని పరిశోధన చేస్తే... బ్రిటిష్‌కు చెందిన స్కాట్ బృందం టెర్రా నోవా (దక్షిణధ్రువం)కు ప్రయాణిస్తున్నప్పుడు ఆ కేక్‌ను తీసుకెళ్లారట. వారు అక్కడికి విజయవంతంగా చేరుకున్నారు కానీ దురదృష్టవశాత్తు ఆ బృందంలోని అయిదుగురూ తిరుగు ప్రయాణంలో మరణించారు. ఇదంతా జరిగి 106 ఏళ్లు అవుతోంది. ఇన్నేళ్ల తర్వాత కూడా ఆ కేక్ అంత తాజాగా ఉండటమే ఇక్కడ విశేషం. దానికి అక్కడి అతి చల్లటి వాతావరణమే కారణమట.



సూట్‌కేసే స్కూటరైతే...!



ఒకప్పుడు ప్రయాణాలు చేయాలంటే లగేజ్‌ను బుట్టల్లో, సంచుల్లో తీసుకెళ్లేవాళ్లు. తర్వాత చేతికి వేసుకునే బ్యాగులు, ప్లాస్టిక్ సూట్‌కేసుల్లోకి ట్రెండ్ మారిపోయింది. ఇప్పుడు చక్రాలతో లాక్కెళ్లడానికి వీల్ బ్యాగ్‌లను ఉపయోగిస్తున్నాం. అలా రోజురోజుకూ మనిషికి శ్రమనేదే లేకుండా పోతోంది. టెక్నాలజీ పెరుగుతున్న కొద్దీ కొత్త ఆవిష్కరణలు వస్తూనే ఉన్నాయి. ఇప్పుడిదంతా ఎందుకంటే... వీల్ బ్యాగ్‌ను లాగుతూ నడవడం కూడా పనే కదా. అందుకే మోడోబ్యాగ్ అనే కంపెనీ లగేజ్‌తోపాటు మనమూ ప్రయాణించే బ్యాగ్‌ను తయారు చేసింది. ఇది పూర్తిగా రీచార్జిబుల్ బ్యాటరీతో నడుస్తుంది. నడిచే స్పీడ్ కంటే మూడురెట్లు ఈ బ్యాగ్ వేగంగా మీ గమ్యాన్ని చేరుస్తుంది. మీరు బస్, ట్రెయిన్, ఫ్లయిట్‌ను కొద్దిలో మిస్ అయ్యే పరిస్థితులకు దూరంగా ఉంచుతుంది. భలేగా ఉంది కదూ.

రోబోయే పెళ్లికూతురాయెనే...



ఏదైనా పెళ్లికి వెళితే ముందుగా అందరూ గమనించేది.... వధూవరులు ఎలా ఉన్నారు? వారి ఈడూజోడూ సరిపోయిందా లేదా అని. అదెప్పుడు! ఓ అమ్మాయి, అబ్బాయి పెళ్లి చేసుకున్నప్పుడు. కానీ ఓ అబ్బాయికి, రోబోకు పెళ్లి జరుగుతున్నప్పుడు ఏం చేస్తారు? ఏముందీ... ఠక్కున ముక్కు మీద వేలేసుకుంటారు. అసలు ఇలాంటి చిత్రం ఎక్కడ జరిగిందనేగా మీ అనుమానం? చైనాలో ఈ చిత్రం చోటు చేసుకుంది. జెంగ్ జియాజియా అనే 31 ఏళ్ల ఇంజనీర్‌కు పెళ్లి చేసుకునేందుకు వధువు దొరకడం లేదు. దాంతో ఇటు ఇంట్లో వాళ్లు అటు బయటి వాళ్ల పోరు రోజురోజుకూ పెరిగిపోతోంది. దాంతో విసుగెత్తిన జెంగ్... తాను స్వయంగా తయారు చేసిన రోబోను వివాహమాడాడు. అదీ దాంతో రెండు నెలలు డేటింగ్ చేశాక. ఆ రోబోకో పేరుందండోయ్... 'ఇంగ్ఇంగ్' అట. వారి పెళ్లి సంప్రదాయబద్ధంగానే జరిగింది. ఆ సమయంలో ఆమె తలపై ఎర్ర రంగు దుపట్టా కూడా కప్పారు. ఇంగ్ఇంగ్ కొన్ని పదాలను పలకడంతో పాటు కొన్ని వస్తువులనూ గుర్తుపడుతుంది. తన భార్యకు మెల్లిమెల్లిగా నడవడం, ఇంట్లో పనులు కూడా నేర్పిస్తానంటున్నాడు ఈ వరుడు.



రోబోను పెళ్లాడిన జెంగ్ జియాజియా

అబద్ధమే ఆభరణమట!

'సత్యం పలికే హరిశ్చంద్రులం! అవసరానికో అబద్ధం!!' ఈ లైన్ గుర్తుందా..? బ్లాక్ బస్టర్ మూవీ... 'ఖడ్గం' సినిమాలో మంచి ఊపున్న సాంగ్‌లోనిదీ లైన్!! ఈరోజుల్లో అవసరానికో అబద్ధం చెప్పని వారే ఉండరు!! నిజానికి అక్షరాభ్యాసం నాడే అబద్ధమాడకూడదని బోధిస్తారు మన పెద్దలు. అక్షరాలు నేర్చుకున్న నాటి నుంచీ... సత్యమార్గాన నడిచిన మహాత్మా గాంధీనీ, అవమానాలను తట్టుకున్న సత్య హరిశ్చంద్రుడినీ ఉదహరిస్తూ కథలు చెబుతారు. సామ, దాన, దండోపాయాల్లో భాగంగా అబద్ధమాడితే తల వేయి ముక్కలవుతుందంటూ భయపెడతారు కూడా! చెప్పిన మాట నిజమో కాదో నిర్ధారించుకోవడానికి ప్రమాణాలు చేయించుకోవడం అలవాటు చేస్తుంటారు. కానీ, అవసరం కొన్ని సార్లు అబద్ధమాడిస్తుంది. అరుదైన అవకాశం కోసం, ఆత్మరక్షణ కోసం అసత్యమే శరణమనిపిస్తుంది. అందులో భాగంగానే 'బాస్ ఈజ్ ఆల్వేస్ కరెక్ట్' అనే నానుడి బలపడుంటుంది. చిన్న చిన్న అబద్ధాలు ఆడటం మనందరికీ చాలా కామన్!! అదే అన్నింటికీ మంచిదంటున్నారు ఇయాన్ లెస్లీ అనే రచయిత. ఆ కథేంటో చూద్దాం!!

అన్నీ అబద్ధాలే!!

వయసు దాచుకోవడానికి కొందరు ఆడవారు... మగువలను వలలో వేసుకోవడానికి కొందరు మగవారు.. అబద్ధాలు చెప్పడంలో దిట్టలే! పొరిగింటావిడ నిన్న కొన్న కొత్త డ్రెస్ రేటు ఎంత అని అడిగితే.. మరో రెండొందలు ఎక్కు వేసుకుని చెప్పుకునే కాలేజ్ అమ్మాయి, వచ్చిన కట్నానికి 2 ఎకరాలు కలుపుకుని బంధు మిత్రులకు చెప్పుకునే పెళ్లికొడుకు తల్లి, మెడలో ఉన్న నెక్లెస్ బాగుందని పొగిడితే.. అసలు బంగారానికి మరో తులం కలుపుకుని చెప్పుకునే షావుకారుగారి భార్య.. ఇలా అసత్యావాదులు రోజుకు చాలా మంది తారసపడుతుంటారు.

అబద్ధమే మిన్న!

నిజం కన్నా అబద్ధమే మిన్న అంటున్నాడు ఇయాన్ లెస్లీ అనే రచయిత. 'వై లయింగ్ కెన్ యాక్సువల్లీ బీ గుడ్ ఫర్ యూ' అనే పుస్తకంలో అబద్ధమనేది మనిషి మనుగడకు ఎంతో అవసరమని రాసుకొచ్చాడు. అందుకు సర్వేలు, లెక్కలు ఆధారంగా చూపిస్తున్నాడు. అబద్ధమాడితే ఆరోగ్యం కుదుటపడుతుందని, అసత్యం చెబితే ఆయా రంగాల్లో వ్యక్తిగతంగా ఎదుగుతారని ఏవేవో ఉపయోగాలను చెప్పుకొచ్చాడు. ఓ ప్రాణాంతక వ్యాధికి అబద్ధపు ఆపరేషన్ చేస్తే.. ఆ వ్యక్తి రికవర్ అయిన ఓ సైంటిఫిక్ ఉదంతాన్ని కూడా అతడు ప్రస్తావించాడు.

అబద్ధాల గురించి కొన్ని నిజాలు

147 మందిపై జరిపిన ఓ సర్వేలో... ఒక వారం రోజుల పాటు వాళ్లు ఎంతమందికి ఎన్ని అబద్ధాలు చెప్పారో డైరీలో నోట్ చేయమని చెప్పారు. ఈ సర్వే ప్రకారం.. ఒక వ్యక్తి రోజుకి సగటున రెండు సార్లు అబద్ధమాడుతున్నాడని తేలింది.

ఆయన ఆనాడే చెప్పాడు!

బలి చక్రవర్తి కథ తెలుసు కదా! బలి ప్రాణాలు కాపాడేందుకు శుక్రాచార్యుడు నానా విధాలా ప్రయత్నించి.. తన కన్ను కూడా పోగొట్టుకుంటాడు. ఈ సమయంలోనే ఓ పద్యం చెబుతాడు.

'వారిజాక్షులందు వైవాహికములందు
ప్రాణవిత్త మాన భంగమందు
జకిత గోకులాగ్ర జన్మరక్షణమందు
బొంకవచ్చు నఘము పొందదధిప!' దీని అర్థం ఏంటంటే.. ఆడవారి విషయంలో, పెళ్లిళ్ల జరిపించడంలో, ధన మాన ప్రాణాలను కాపాడుకోవడంలో.. ఆవుల సంరక్షణలో.. అబద్ధం ఆడవచ్చని, దానివల్ల ఎలాంటి పాపం అంటదని బలికి హితబోధ చేస్తాడు శుక్రాచార్యుడు.

సువార్తే!!

ఎట్టిపరిస్థితుల్లోనూ అసత్యమాడరాదన్నారు మన మహాత్ముడు. ఆచరణలో తనను మించిన వారే లేరని నిరూపించారు సత్య హరిశ్చంద్రుడు. ఇరువురూ చరిత్రలో నిలిచినవారే! కానీ ఈ సర్వే 'చరిత్రలో నిలిచేందుకు కాదు! స్వతహాగా గెలిచేందుకట!!' మొత్తానికి అసత్య హరిశ్చంద్రులకు ఇది నిజంగా ఏక్‌దమ్ గుడ్ న్యూసే కదూ!!

– సంహిత నిమ్మన

మూషికానికి ముచ్చటైన విందు!



ఇంట్లో ఎలుకలను చూస్తే మనకు ఎక్కడలేని చీదర వచ్చేస్తుంది. కర్రపెట్టి పిల్లిని తరిమినట్లు తరిమితే అవి పోవు. అందుకే బోన్ పెట్టి బంధించడానికో.. మందు కలిపి మర్డర్ చేయడానికో అస్సలు వెనకాడం. కానీ కొన్ని దేశాల్లో ఎలుకలను పెట్స్‌గా పెంచుకుంటారు. ముద్దు చేసి ముచ్చటిస్తుంటారు. ఇంట్లో మనిషిగా ప్రేమిస్తారు. ఒక్కమాటలో చెప్పాలంటే.. హచ్చుకుక్కలు, బొచ్చుకుక్కలను సాకినట్లుగా.. పెట్ ర్యాట్స్‌ని చూసుకుంటారు. అంత ప్రేమగా చూసుకునే పెట్ ర్యాట్స్‌ని ఇంట్లో వదిలి షికార్లకు వెళ్లాలంటే మనసు ఒప్పదుగా! అది గ్రహించిన శాన్ ఫ్రాన్సిస్కో టూరిజం తమ ప్రాంతాన్ని సందర్శించే వారి పెట్ ర్యాట్స్ కోసం ర్యాట్ కేఫ్‌ను ప్రారంభించింది. అందుకోసం శాన్ ఫ్రాన్సిస్కోలోని క్రిటెర్స్ అనే కంపెనీ 'ది శాన్ ఫ్రాన్సిస్కో డన్‌జిన్' అనే పేరుతో ఒక ర్యాట్ కేఫ్‌ను జూలైలో నడిపింది. దానిలో ఎలుకలు తినేవి, తినగలిగేవీ అన్నీ సమకూర్చారు. ఈ కేఫ్ టికెట్ ఎంతో తెలుసా 49.99 డాలర్లు. అంటే 3,206 రూపాయలు. ఆ కేఫ్‌లో టీ, కాఫీ, కేక్స్ ఇలా చాలానే ఉన్నాయి. దాంతో తమ ప్రియతమ మూషికాలను ఈ కేఫ్‌కి తీసుకెళ్లి ఏం కావాలో తెలుసుకుని మరీ... వాటి కోరికలు తీర్చారు ఎలుక ప్రేమికులు!!

హోమియోకేర్ ఇంటర్‌నేషనల్‌లో యుటెరైన్ ఫైబ్రాయిడ్స్ సమస్యకు సరైన పరిష్కారం
(గర్భాశయ కణితులు)



డా. శ్రీకాంత్ మోర్లావర్
CMD
హోమియోకేర్ ఇంటర్‌నేషనల్

ప్రస్తుత గణాంకాల రీత్యా దాదాపు 171 మిలియన్లకు పైగా స్త్రీలు ఈ యుటెరైన్ ఫైబ్రాయిడ్స్‌తో బాధ పడుతున్నారంటే, ఈ వ్యాధి స్త్రీల పట్ల ఎంత ప్రమాదకరంగా మారిందో మనం ఊహించవచ్చు. 30 నుండి 50 సంవత్సరాల మధ్య వయస్సు గల స్త్రీలలో యుటెరైన్ ఫైబ్రాయిడ్స్ ఎక్కువగా ఏర్పడే అవకాశం ఉంటుంది. పిల్లల్ని కనే వయస్సు స్త్రీలలో కూడా ఇవి ఎక్కువగా ఏర్పడవచ్చు. కాబట్టి దాదాపు 5-10 శాతం వరకు స్త్రీలలో సంతానలేమికి యుటెరైన్ ఫైబ్రాయిడ్స్ కారణమవుతున్నాయి.

యుటెరైన్ ఫైబ్రాయిడ్స్ అనగా: గర్భాశయంలో ఏర్పడే కణితులను లేదా గడ్డలను యుటెరైన్ ఫైబ్రాయిడ్స్ అని అంటారు. ఇవి సాధారణంగా గర్భాశయపు కండర కణజాలంలో ఏర్పడతాయి. ఈ కణితులు ఒకటిగా గానీ లేదా చిన్నచిన్న కణితులు - గుంపులుగా గానీ ఏర్పడతాయి. పరిమాణం రీత్యా ఈ యుటెరైన్ ఫైబ్రాయిడ్స్ మిల్లీమీటరు మొదలుకొని కొన్ని సెంటీమీటర్ల వరకు పెరుగుతాయి. గర్భాశయంలో ఈ కణితులు ఏర్పడే ప్రాంతపు ఉనికి-ఎదుగుదల రీత్యా ఇవి మూడు రకాలుగా కనిపిస్తుంటాయి.



'యుటెరైన్ ఫైబ్రాయిడ్స్' రకాలు మరియు 'సంతానలేమి'పై వాటి ప్రభావం:

(1) సబ్ సీరోసల్ ఫైబ్రాయిడ్స్: గర్భాశయపు వెలుపలి గోడలపై ఇవి ఏర్పడతాయి. 'సంతానలేమి'పై వీటి ప్రభావం చాలా తక్కువగా ఉంటుంది. కానీ వీటి పరిమాణం పెరిగే కొద్దీ ఇవి 'సంతానలేమి'పై తమ ప్రభావం చూపుతాయి.

(2) ఇన్‌ట్రామ్యూరల్ ఫైబ్రాయిడ్స్: గర్భాశయపు గోడల మధ్యలో ఇవి ఏర్పడతాయి. ఇవి చాలా సాధారణమైనవి. వీటి పరిమాణాన్ని బట్టి ఇవి గర్భాశయం యొక్క ఆకారాన్ని మార్చివేయడంతో పాటు గర్భాశయ కుహరాన్ని (గదిని) చిన్నదిగా చేసి పిండం ఎదుగుదలను అడ్డుకుంటాయి లేదా గర్భస్రావానికి దారితీస్తాయి.

(3) సబ్‌మ్యూకోసల్ ఫైబ్రాయిడ్స్: గర్భాశయంలో ఉండే మ్యూకోజల్ పొరలో ఇవి ఏర్పడతాయి. ఇవి పిండం యొక్క ప్రతిస్థాపనను (Implantation) మరియు ఎదుగుదలను అడ్డుకొని సంతానలేమికి దారితీస్తాయి. • ముఖ్యంగా ఈ కణితులు గర్భాశయం అంచులో ఉండే ఫెలోపియన్ ట్యూబ్స్ పైన ఒత్తిడి పెరగటం వలన గానీ, అండం ప్రయాణించే దిశలో అడ్డంకులు ఏర్పడటం వలన గానీ సంతానలేమి సమస్యలు ఏర్పడే అవకాశం ఉంది.
• కొందరిలో గర్భాశయం ముఖద్వారం అనగా సర్విక్స్‌లో ఫైబ్రాయిడ్స్ ఏర్పడటం వలన శుక్రకణాలు వెళ్ళే దారిలో అవి అడ్డు తెరలుగా రూపొందుతాయి. దీనివలన కూడా సంతానలేమి సమస్యలు ఏర్పడే అవకాశం ఉంది. • యుటెరైన్ ఫైబ్రాయిడ్స్‌తో బాధపడే గర్భిణీలలో, పిండంతో పాటుగా ఫైబ్రాయిడ్ పెరగడం వలన గర్భాశయంలో ఎదుగుతూ ఉండే పిండానికి సరైన పోషణ అందక గర్భస్రావం అయ్యే అవకాశాలు ఉన్నాయి.

'యుటెరైన్ ఫైబ్రాయిడ్స్' కారణాలు: ఋతుచక్రము త్వరగా ప్రారంభమయ్యే స్త్రీలలో ముఖ్యంగా పది సంవత్సరాలకే ప్రారంభం కావటం, హార్మోన్ల అసమతుల్యత ముఖ్యంగా ఈస్ట్రోజన్ మరియు ప్రొజెస్టిరాన్ హెచ్చుతగ్గుల వలన ఫైబ్రాయిడ్స్ ఏర్పడే అవకాశం ఉంటుంది. అందుకే ఋతుస్రావము ఆగిపోయిన స్త్రీలలో ఈ హార్మోన్ల ఉత్పాదన చాలా వరకు తగ్గడంతో, వారిలో ఫైబ్రాయిడ్స్ వచ్చే అవకాశం తక్కువగా ఉంటుంది. స్థూలకాయం మరియు వంశపారంపర్యత మొదలైన కారణాల వలన గర్భాశయ కణితులు ఏర్పడే అవకాశం ఉంటుంది.

'యుటెరైన్ ఫైబ్రాయిడ్స్' లక్షణాలు: వీటి లక్షణాలు - అవి ఏర్పడిన స్థలము, పరిమాణము మరియు వాటి యొక్క సంఖ్యను బట్టి ఉంటాయి. కణితులు చిన్నవిగా ఉంటే లేదా మెనోపాజ్ వచ్చే దశలో ఉంటే - దాదాపు లక్షణాలేవీ కనిపించకపోవచ్చు మరియు ఋతుచక్రము ఆగిపోయిన వారిలో ఇవి కుంచించుకుపోవచ్చు.
ఈ లక్షణాలను గమనించవచ్చు: ఋతుచక్రములో అధిక రక్తస్రావము లేదా ఋతుస్రావము ఎక్కువ రోజులు కొనసాగడం, నడుము నొప్పి, కడుపు నొప్పి, కాళ్ళలో నొప్పి • ఫైబ్రాయిడ్స్ వలన మూత్రాశయం మీద ఒత్తిడి పెరిగి తరచూ 'మూత్రానికి వెళ్ళాలి' అనిపించడం • ప్రేగులపై అధిక ఒత్తిడి వలన మలబద్ధకం, కడుపుబ్బరం తలెత్తవచ్చు. • అధిక రక్తస్రావము వలన రక్తహీనత ఏర్పడవచ్చు.

వ్యాధి నిర్ధారణ పరీక్షలు: వ్యాధి లక్షణాలను బట్టి గానీ మరియు పెల్విక్ ఎగ్జామినేషన్, అల్ట్రాసౌండ్, ట్రాన్స్‌వెజైనల్ స్కాన్, రక్తపరీక్ష, యమ్.ఆర్.ఐ., బయాప్సీ, హిస్టిరోస్కోపీ, హిస్టిరో సాల్పింగోగ్రఫీ, లాప్రోస్కోపీ వంటి పరీక్షల ద్వారా వ్యాధి నిర్ధారణ చేయవచ్చు.

హోమియోకేర్ ఇంటర్‌నేషనల్ వైద్యం: హోమియోకేర్ ఇంటర్‌నేషనల్‌లో - గర్భాశయ కణితులను కరిగించడమే కాకుండా, హార్మోన్ల అసమతుల్యతను, ఋతుచక్ర సమస్యలను సరిచేసేందుకు గాను జెనెటిక్ కాన్స్‌టిట్యూషనల్ సిమిలిమం ద్వారా సంపూర్ణ చికిత్సను అందివ్వడం జరుగుతుంది. అంతే కాకుండా శస్త్రచికిత్స చేసి, గర్భాశయాన్ని తొలగించే అవసరం లేకుండా, కేవలం మందుల ద్వారానే ఈ వ్యాధిని పూర్తిగా నయం చేయవచ్చు. తద్వారా సంతానానికి మార్గం సుగమం చేయవచ్చు.

ADVT

• కవర్‌స్టోరీ

‘దేశభాషలందు తెలుగు లెస్స’ అన్నాడు ఆంధ్రభోజుడు శ్రీకృష్ణదేవరాయలు. ‘ఇటాలియన్ ఆఫ్ ది ఈస్ట్’ అన్నాడు వెనీషియన్ యాత్రికుడు నికోలో డి కాంటే. ఇప్పటికీ ఇవే మాటలను ఉటంకిస్తూ సంబరపడిపోతుంటారు మన భాషాభిమానులు. వెయ్యేళ్లకు పైబడిన సుదీర్ఘ చరిత్ర, ఎట్టకేలకు దక్కిన ప్రాచీన హోదా... ఇక తెలుగు భాషకు లోటేమిటి? పైగా తెలుగు భాషకు ముంచుకొచ్చే ముప్పేమీ లేదని ఇటీవలే పీపుల్స్ లింగ్విస్టిక్ సర్వే ఆఫ్ ఇండియా కూడా తేల్చింది. అలాంటప్పుడు ఘనత వహించిన మన తెలుగు భాషకు ఢోకా ఏముంది? నిజమే! ఇప్పటికిప్పుడు ముంచుకొచ్చే ముప్పేమీ లేదు. అలాగని ఇంతటితోనే సంబరపడిపోయి, ఇక్కడితోనే వదిలేస్తే సమీప భవిష్యత్తులో కాకపోయినా, సుదూర భవిష్యత్తులోనైనా తెలుగు భాష పరిస్థితి అగమ్యగోచరంగా మారే ప్రమాదాలు లేకపోలేదు. ఆగస్టు 29 తెలుగు భాషా దినోత్సవం సందర్భంగా...



నాలుగేళ్లు రాకముందే పిల్లలను బడికి పంపించేస్తున్నాం. ‘అఆ..’లు దిద్దడం కంటే ముందే ‘ఏబీసీ..’లు దిద్దడం నేర్చుకుంటున్నారు. ప్రపంచంతో పోటీ పడాలి కదా, ఇంగ్లిష్ మీడియంలోనే చదివిస్తాం. పై చదువులూ ఇంగ్లిష్‌లోనే! మరి ఈ మొత్తం ప్రయాణంలో తెలుగు ఎక్కడో వెనకబడిపోతోందన్న భయం ఉంటుంది కదా..!? తప్పకుండా ఉంటుంది. మాట్లాడటం వచ్చి కూడా తెలుగు చదవలేని, రాయలేని పరిస్థితుల్లోకి భవిష్యత్ తరాన్ని నెట్టేస్తున్నాం. మరి ఇలాంటి పరిస్థితుల్లోనూ తెలుగు బతకాలి. బతికించుకోవాలి. అందుకు ఓ దారిని వెతుక్కోవాలి.

మాట సాయం కాదు రండి రాత సాయం చేద్దాం



టెక్నో తెలుగు

ఇంటర్‌నెట్, స్మార్ట్ ఫోన్ రాకతో గత రెండు దశాబ్దాల్లో దేశం ఊహించని స్థాయి మార్పులను చూసింది. టెక్నాలజీ మన జీవితాల్లోకి ఇంతగా వచ్చేశాక తెలుగు భాష కూడా కొత్త దారిని వెతుక్కుంది. పరీక్ష రాసేటంత నేర్చుకుంటే చాలు అనుకునే ఓ సబ్జెక్ట్‌గానే మిగిలిపోయిన తెలుగు.. ఇప్పుడిక బతికేదీ, బతకాల్సిందీ ఈ కొత్త దారుల్లోనే! ఆ కొత్త దారులు..

సామాజిక మాధ్యమాలు..

ఈ తరమంతా దాదాపుగా ఏదో ఒక సోషల్ నెట్‌వర్క్‌ను వాడుతూనే ఉంది. ఫేస్‌బుక్, ట్విట్టర్, వాట్సాప్ ఇవి ఈ తరానికి రోజువారీ పనుల్లో ఓ భాగం. ఏ కొంత సమయం దొరికినా ఇందులోకి దూరిపోతూంటారు. అలాంటి సోషల్ నెట్‌వర్కింగ్ సైట్స్‌లో తెలుగు ఇంకా బతికే ఉంది. ఒక్క తెలుగనే కాకుండా, వాళ్ల వాళ్ల భాషలను ఇష్టపడుతోన్న దేశ యువతరమంతా ఆ భాషలోనే మాట్లాడుకోవాలని కోరుకుంటున్నారు. ఇది గ్రహించిన ఆ సోషల్ నెట్‌వర్క్స్ అన్నీ ప్రాంతీయ భాషలకూ తమ సేవలను విస్తరించాయి. ఈ క్రమంలోనే తెలుగూ సామాజిక మాధ్యమాల్లో బలంగా నిలబడి ఉంది. తెలుగులోనే తమ అభిప్రాయాలు, ఇష్టాలను పంచుకుంటూ భాషను ఏదో విధంగా కాపాడుకుంటూనే వస్తున్నారు. ముఖ్యంగా స్మార్ట్‌ఫోన్ అందరికీ చేరువయ్యాక తెలుగులో తమ విషయాలు పంచుకోవడమన్నది బాగా పెరిగింది. ఒకప్పటితో పోలిస్తే తెలుగులో టైప్ చేయడమన్నది సులువుగా మారిపోవడం కూడా ఇందుకు ఓ కారణంగా కనిపిస్తోంది.

కాగా సోషల్ మీడియా తెలుగులో ఇబ్బంది పెట్టే ఒక అంశం ఏంటంటే.. 'టింగ్లిష్'. తెలుగునే ఇంగ్లిష్‌లో రాయడాన్ని టింగ్లిష్ అంటున్నారు. ఇది భాషను, భాష స్థాయిని దెబ్బతీసేదే! ముఖ్యంగా రానున్న రోజుల్లో తెలుగు భాష లిపికే ఇది ప్రమాదకరంగా సంభవించే అవకాశం కూడా లేకపోలేదు.

తెలుగు యాప్స్..



ఆండ్రాయిడ్‌లో తెలుగుకు సంబంధించి ఎప్పటికప్పుడు కొత్త కొత్త యాప్స్ పుట్టుకొస్తూనే ఉన్నాయి. తెలుగు నేర్చుకునేందుకు, తెలుగును అర్థం చేసుకునేందుకు, తెలుగులో సులువుగా మాట్లాడగలిగేందుకు కొన్ని ప్రత్యేకమైన యాప్స్ తయారు చేస్తున్నారు. వీటిని వాడుతున్నవారు కూడా చాలామందే ఉన్నారు. ఇక తెలుగును మరింత దగ్గర చేయడానికి తెలుగు పదాలతో ఆడే ఆటలను కూడా యాప్స్‌గా తీసుకొస్తున్నారు. తెలుగు టైపింగ్ సులువు చేసే యాప్స్ కూడా లెక్కలేనన్ని ఉన్నాయి. నిఘంటువులు కూడా ఉండనే ఉన్నాయి.



కొత్తగా తెలుగు నేర్చుకోవాలనుకునే వారికి టెక్నాలజీ అద్భుతంగా ఉపయోగపడుతుందన్నది ఒప్పుకొని తీరాల్సిందే! కొత్త భాషను నేర్చుకోవడమంటే ఎవ్వరైనా మాట్లాడటం వరకు ప్రయత్నిస్తారు. ఇంకొందరు లిపిని కూడా అర్థం చేసుకొని ముందుకు వెళతారు. అయితే ఆ లిపిని స్వయంగా రాయాలంటే మాత్రం ఇబ్బంది పడతారు. అలాంటి వారికి సులువుగా తెలుగును టైప్ చేసుకునే అవకాశం టెక్నాలజీ కల్పించింది. లేఖిని, బరహా లాంటి సాఫ్ట్‌వేర్‌లు సులువుగా ఇంగ్లిష్‌లోనే టైప్ చేస్తూంటే తెలుగు రాతను ఇవ్వగలుగుతున్నాయి.

వాస్తు వీక్షణం

వాస్తు విద్వాన్, సాయిశ్రీ
గౌ॥డా॥ దంతూరి పండరీనాథ్



కాంతి వేధ

2) పశ్చిమ ముఖద్వారము

పశ్చిమాన ప్రధాన ద్వారము గల గృహము పైన **'పశ్చిమ దిక్పతి శని దేవుడు'** మరియు **'పశ్చిమ దిక్పాలకుడైని వరుణ దేవుని ప్రభావము'** చాలా శక్తివంతముగా ఉంటుంది. **'వీరికి ప్రీతి పాత్రమైన వర్ణము నీలము'**. వీరి ప్రభావమును ఎక్కువ శాతం అనుకూలముగా మలుచుకొనుటకుగాను ఆ గృహమునకు నీలి వర్ణమును ప్రధాన వర్ణముగా వాడటం శ్రేయస్కరము. నీలి వర్ణములో అనేకములైన **'ఛాయలు'** ఉన్నాయి. మనసుకు ఆహ్లాదము కలిగించు రీతిన, మిగితా వర్ణములతో పాటు నీలి వర్ణమును ప్రధాన వర్ణము ఉపయోగించవచ్చును.

పశ్చిమ ముఖద్వార గృహానికి **'నీలిరంగు'** అసలుకే లేక విరుద్ధమైన వర్ణమున్నట్లయితే ఆ గృహమునకు **'కాంతివేధ'** అనువాస్తు దోషము గలుగుతుంది. **(...అపరాజిత పృచ్ఛ)**. కాంతివేధతో పాటు ఇతర వాస్తు దోషములున్న ఇల్లు అనేక తీవ్ర చెడు ఫలితాలనిస్తుంది. గృహము వాస్తు ప్రకారము బాగున్నప్పటికీ, ఈ దోషము వలన ఇవ్వవలసినంత మంచి ఫలితములను ఇవ్వ లేక పోతుంది. అంత తీవ్రమైనది ఈ కాంతివేధ దోషము.

పశ్చిమాన వీధి ఉండి, పశ్చిమ సింహద్వారమున్న నీలివర్ణము గల గృహము వాస్తుకనుగుణంగా కట్టబడి ఉంటే... అందు నివసించు వారికి ఆ గృహ యజమానికి అనేకానేక శుభఫలితాలు కలుగుతాయనటం అతిశయోక్తి కాదు. వ్యవహార నామ రీత్యా కూడా **'పశ్చిమ ముఖద్వార యోగము'** ఉన్నట్లయితే, అట్టివారికి ఈ గృహము నిరాఘాటమైన సత్ఫలితాలనందిస్తుంది. ఇన్ని కలిసి ఉండిన వ్యక్తి యొక్క జాతకములో **'శని బాధలు'** ఉంటే, వాటిని తట్టుకోగలిగే మనస్థైర్యాన్ని, ధైర్యాన్ని కూడా **'ప్రసన్న శని దేవుని అనుగ్రహము'**తో పొందునవకాశముకలదు.

ఆ జాతకునికి 'శని' ఉచ్ఛస్థానములో ఉన్నట్లయితే, ఇటువంటి గృహము వారికి ఊహించనలవి కాని అద్భుతమైన ఫలితాలను ఇవ్వవచ్చును. నీరు, ద్రవ పదార్థములు (అగ్నికి సంబంధించినవి కాదు) పంటలు, చేపల చెఱువులు, కిరాణ, ప్రజా సంబంధ వ్యాపార వ్యవహారములలో అత్యున్నత స్థానానికి చేరుకోవటానికి ఆస్కారముంటుంది.

తూర్పు ముఖద్వార యోగమున్నవారు, వారికి శత్రు స్థానమైన పశ్చిమ ముఖద్వార గృహమునందు నివసించినట్లయితే సాధారణంగా చెడు ఫలితాల తీవ్రత ఎక్కువగా ఉంటుంది. కాని ఇటువంటి పశ్చిమ సింహద్వార గృహములో నివసించుట చేత వారు కూడా మంచి ఫలితాలనాశించవచ్చును. విచారించవలసినంతగా చెడు ఫలితాలు మాత్రం ఉండవు.

ఇంట్లో పాము పుట్టలు ఉంటే ఏమిచేయాలి?

ఇల్లు తూర్పుముఖం కలిగి చుట్టూ ప్రహరీ గోడ కలిగి ఉన్నది. ప్రహరీగోడకు ఆగ్నేయ మూలన పుట్ట ఉన్నది. పుట్ట ఎత్తుగా లేదుకాని పుట్ట కోవలు కోవలుగా(రంధ్రాలుగా) ఉన్నది. ఒకటి రెండు సార్లు పాము కనిపించినదని చెప్పారు. 6సంవత్సరాలుగా ఉన్నది. దానిని తొలగించడానికి సాహసించలేక పోతున్నాం. దానిపైన నీరు పోసినారు. అయినా రంధ్రాలు అలాగే ఉన్నవి. ఆ పుట్టను ఏమి చేయమంటారు. ఏలా తీసేయమంటారు.

– బలరామయ్య, కావలి.

పాము పుట్టలు, తేనేపట్టులు ఆగ్నేయ, దక్షణ, నైరుతి, పడమర మూలన ఉండకూడదు. పాము పుట్టలకు సంబంధించినంత వరకు వాటిని తొలగించుటకు పారలు, పలుగులు వాడకూడదు. మామూలుగా నీళ్లు చల్లటం వలన అవి అంతరించిపోవు. నీళ్లపైపుతో వచ్చే నీటిధార బలంగా పుట్టకు తగులునట్లుగా, పుట్ట కరుగునంతవరకు ఏర్పాటుచేయాలి. అక్కడ పాము ఉన్నదన్న నమ్మకము మీకుంటే పాములు పట్టేవారిని పిలిపించి ఆ పామును తరలించండి. ఆ తరువాత పుట్టను కరిగించండి. ఇది చేసిన తరువాత ఐదు రోజులు లేదా ఐదు మంగళవారములు నాగప్రదక్షణలు, నాగ శాంతులు తప్పకుండా చేయాలి.

వచ్చేవారం... 'ఉత్తర ముఖద్వారనికి 'ఈ రంగు వేస్తే' కనక వర్షమే!'

తెలుగును వదులుకోని ప్రకటనలు..

డిజిటల్ ప్రపంచంలో గ్రామీణ ప్రాంతాలకు కూడా సోషల్ మీడియా విస్తరించింది. ఇంగ్లిష్ పెద్దగా రాని వారు సైతం సోషల్ నెట్‌వర్క్స్‌లో భాగమై ఉన్నారు. ఈ నేపథ్యంలోనే అడ్వర్టైజింగ్ కంపెనీలు కూడా ప్రాంతీయ భాషల్లో తమ ప్రకటనలు ఉండేలా చూసుకుంటున్నాయి. అదేవిధంగా ఆన్‌లైన్లో ఇంగ్లిష్ ప్రకటనలతో పోల్చుకుంటే తెలుగులో వచ్చే ప్రకటనలకు స్పందిస్తున్న వారి సంఖ్య 30 శాతం అధికంగా ఉందని సర్వేలు చెబుతున్నాయి. అంటే ఇక్కడా తెలుగుకే ఓటేస్తున్న వారెక్కువ!

బ్లాగులు, ఆన్‌లైన్ పత్రికలు..

బ్లాగు రాకతో తమ రచనలను ఎవ్వరి సహకారం లేకుండా నేరుగా ప్రపంచానికి పరిచయం చేసే అవకాశం ఈతరం వారికి దక్కింది. వారంతా సొంతంగానే రాసుకుంటూ, భాష పట్ల ఉన్న మమకారాన్ని చూపుతూనే ఉన్నారు. బ్లాగుల్లో తెలుగు రాస్తూ, తమకంటూ ఓ ప్రత్యేక స్థాయిని తెచ్చుకుంటున్నవారు ఎక్కువగానే ఉన్నారు. బ్లాగులకు తోడు ఆన్‌లైన్లో కొత్తగా వస్తోన్న ఆన్‌లైన్ పత్రికలు కూడా తెలుగు భాషను పరిరక్షించడానికి కృషి చేస్తున్నాయి.

తెలుగు

తెలుగు వెలుగుల ఘనచరిత్ర

నన్నయ





శ్రీకృష్ణదేవరాయలు

క్రీస్తుపూర్వం ఐదో శతాబ్ది నాటికే తెలుగు ఉనికిలో ఉండేది. భట్టిప్రోలు వద్ద లభించిన పురాతన శాసనాల్లో తెలుగు పదాలు కనిపించాయి. ఆ శాసనాలు క్రీస్తుపూర్వం 400–100 సంవత్సరాల నాటివని పురాతత్వ శాస్త్రవేత్తలు గుర్తించారు. రాజరాజ నరేంద్రుడి ఆస్థానకవి నన్నయ భట్టారకుడు క్రీస్తుశకం పదకొండో శతాబ్దిలో ఆంధ్ర మహాభారత రచన చేపట్టాడు. అయితే, నన్నయకు ముందే తెలుగు భాష, ఛందస్సు, సాహిత్యం, వ్యాకరణం ఉనికిలో ఉండేవి. శ్రీకాకుళం జిల్లా పోలాకి మండలం దీర్ఘాశి గ్రామ శివార్లలో శిథిలావస్థలో లభించిన శిలాశాసనంపై ఉన్న సీసపద్యం నన్నయకు మునుపటిదేనని పరిశోధకులు తేల్చారు. కన్నడ ఆదికవి పంపన తెలంగాణలోని వేములవాడ ప్రాంతానికి చెందినవాడని తెలంగాణ ప్రభుత్వం మద్రాసు హైకోర్టుకు ఆధారాలు సమర్పించింది. నన్నయ కంటే పూర్వీకుడైన పంపన తెలుగులో కూడా కవిత్వం రాశాడు. నన్నయ తర్వాత తిక్కన, ఎర్రన వేర్వేరు కాలాల్లో మహాభారత రచనను పూర్తి చేశారు. పాల్కురికి సోమనాథుడు జాను తెలుగులో కావ్యరచన చేశాడు. ఆ తర్వాతి కాలంలో శ్రీనాథుడు కవిసార్వభౌముడిగా వెలుగొందాడు. పోతన అజరామరమైన భాగవత రచన చేశాడు. శ్రీకృష్ణదేవరాయల ఆస్థానంలోని అష్టదిగ్గజ కవులైన అల్లసాని పెద్దన, నంది తిమ్మన, మాదయగారి మల్లన, ధూర్జటి, అయ్యలరాజు రామభద్రుడు, పింగళి సూరన, రామరాజ భూషణుడు, తెనాలి రామకృష్ణుడు వంటి వారు అద్భుతమైన ప్రబంధాలను రచించి తెలుగు భాషను సుసంపన్నం చేశారు. శ్రీకృష్ణ దేవరాయలు స్వయంగా 'ఆముక్తమాల్యద' కావ్యాన్ని రాశాడు. పదిహేడో శతాబ్దికి చెందిన వేమన లోకరీతిపై రాసిన విమర్శనాత్మక పద్యాలు నేటికీ ప్రజల నాల్కలపై నడయాడుతూనే ఉన్నాయి.

అ ఆ

తెలుగు భాషా దినోత్సవం





వ్యావహారిక భాషోద్యమ నాయకుడు గిడుగు రామమూర్తి జయంతి అయిన ఆగస్టు 29న ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం తెలుగు భాషా దినోత్సవం జరుపుతోంది. ఆంధ్రప్రదేశ్ నుంచి విడివడిన తర్వాత తెలంగాణ ప్రభుత్వం తెలంగాణలో ప్రజాకవి కాళోజీ జయంతి అయిన సెప్టెంబర్ 9న తెలుగు భాషా దినోత్సవం నిర్వహిస్తోంది.

భాషా గణాంకాలు...

ప్రపంచవ్యాప్తంగా మనుగడలో ఉన్న భాషలు: 6,500

ప్రపంచవ్యాప్తంగా తెలుగు మాట్లాడేవారు: 9.2 కోట్లు

ప్రపంచ భాషల్లో తెలుగు స్థానం: 17
(మాండరిన్-1, ఇంగ్లిష్-2, హిందీ-3)

భారతీయ భాషల్లో తెలుగు స్థానం: 3 (హిందీ-1, బెంగాలీ-2)

తెలుగు మాధ్యమంలో
ప్రాథమిక విద్యను అభ్యసిస్తున్న బాలలు: 27 శాతం

గూగుల్ సెర్చ్‌లో గత పదేళ్లుగా తెలుగు భాష 3,4 స్థానాల్లో ఉంటోంది.

విదేశీ భాషల ప్రభావం


కొమర్రాజు వెంకట లక్ష్మణరావు

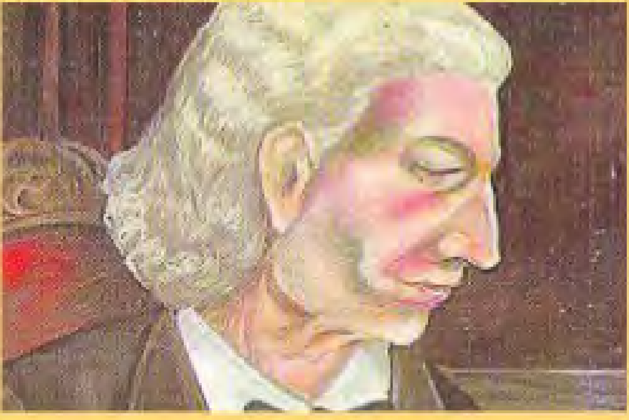

మాడపాటి హనుమంతరావు


సురవరం ప్రతాపరెడ్డి

భారత దేశంపై ముస్లింల దండయాత్రలు క్రీస్తుశకం పన్నెండో శతాబ్ది నుంచే మొదలైనా, తెలుగు నేలపై వారి ప్రభావం వెనువెంటనే పడలేదు. పద్నాలుగో శతాబ్దిలో తుగ్లక్ వంశీయుల పాలన మొదలైనప్పుడు దక్కను పీఠభూమి సుల్తానుల పాలనలోకి వచ్చింది. పదిహేడో శతాబ్దిలో మొఘల్ వంశీయుల హయాంలో దక్షిణాదిన సుల్తానుల ప్రాబల్యం మరింత పెరిగింది. సుల్తానుల ఏలుబడిలో నలిగిన తెలుగు ప్రాంతాల్లో తెలుగు భాషపై అరబ్బీ, పారశీ భాషల ప్రభావం అప్పట్లోనే మొదలైంది. ఇక నిజాంల ఏలుబడిలో హైదరాబాద్ రాజ్యంలో ఉర్దూ అధికార భాషగా ఉండేది. రాజ్యంలోని అత్యధికులు తెలుగు వారే అయినా, నిర్బంధంగా ఉర్దూ చదువుకునే వారు. సుల్తానుల పాలన సుదీర్ఘకాలం కొనసాగిన తెలుగు ప్రాంతాల్లో అరబ్బీ, పారశీ, ఉర్దూ భాషల ప్రభావంతో విభిన్నమైన మాండలికాలు ఏర్పడ్డాయి. నిజాంల హయాంలోనే తెలంగాణ ప్రాంతంలో తెలుగు భాష పరిరక్షణ కోసం కొమర్రాజు వెంకట లక్ష్మణరావు, మాడపాటి హనుమంతరావు, సురవరం ప్రతాపరెడ్డి వంటి వారు తమవంతు కృషి కొనసాగించారు. బ్రిటిష్ పాలన మొదలయ్యాక దేశమంతటా ఇంగ్లిష్ ప్రభావం పెరిగింది. తెలుగులోకి కూడా అనివార్యంగా ఇంగ్లిష్ పదాలు వచ్చి చేరాయి. నిజాంల హయాంలోని హైదరాబాద్ ప్రాంతం తప్ప మిగిలిన తెలుగు ప్రాంతమంతా మద్రాసు ప్రావిన్స్‌లో భాగంగా ఉండేది. ఇంగ్లిష్ చదువుల ప్రభావంతో తెలుగు భాష ఆధునికతను సంతరించుకుంది.

బ్రౌన్ తెలుగు భాషా సేవ

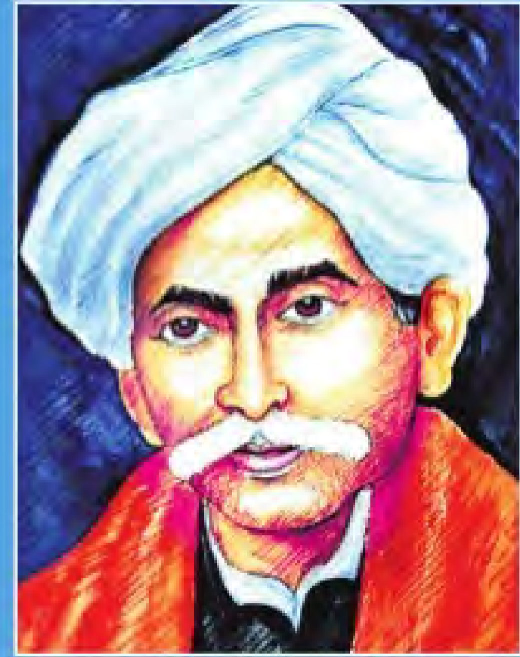
బ్రిటిష్ అధికారి చార్లెస్ ఫిలిప్ బ్రౌన్ తెలుగు భాషకు చిరస్మరణీయమైన సేవలందించాడు. మరుగున పడిన వేమన పద్యాలను, ప్రాచీన కావ్యాలను వెలుగులోకి తెచ్చాడు. సొంత ఖర్చుతో పండితుల చేత వాటిని పరిష్కరింపజేసి, పుస్తకాలుగా ముద్రించాడు. స్వయంగా ఇంగ్లిష్–తెలుగు నిఘంటువును తయారు చేసి, ప్రచురించాడు. కడప, మచిలీపట్నం, రాజమండ్రి ప్రాంతాల్లో తెలుగు విద్యావ్యాప్తికి ఎనలేని కృషి చేశాడు. బ్రౌన్ ఇండియన్



సివిల్ సర్వీసెస్‌కు ఎంపికైన కాలంలో సర్ థామస్ మన్రో మద్రాసు ప్రావిన్స్ గవర్నర్‌గా ఉండేవాడు. సివిల్ సర్వీసెస్ అధికారులందరూ తప్పనిసరిగా స్థానిక భాషల్లో ఏదో ఒకటి నేర్చుకోవాల్సిందేనని ఆయన ఆదేశించడంతో బ్రౌన్ తెలుగును ఎంపిక చేసుకున్నాడు. వెలగపూడి కోదండరామ పంతులు వద్ద తెలుగు నేర్చుకున్నాడు. తెలుగు మీద ఎనలేని మమకారాన్ని పెంచుకుని, జీవితాంతం తెలుగు భాషకు శాయశక్తులా సేవలందిస్తూనే వచ్చాడు. రిటైర్మెంట్ తర్వాత బ్రిటన్‌కు తిరిగి వెళ్లిపోయినా, లండన్ యూనివర్సిటీలో కొంతకాలం తెలుగు ప్రొఫెసర్‌గా పనిచేశాడు. స్వాతంత్ర్యం వచ్చిన తర్వాత అధికారంలోకి వచ్చిన ప్రభుత్వాలైనా, విశ్వవిద్యాలయాలైనా తెలుగు భాషకు బ్రౌన్ చేసిన సేవలో లేశమైనా చేయలేదనేది నిష్ఠుర సత్యం.



కందుకూరి వీరేశలింగం



గురజాడ అప్పారావు

ఆధునిక తెలుగు భాషా వైతాళికులు

బ్రిటిష్ పాలన కొనసాగుతున్న సమయంలోనే పరవస్తు చిన్నయసూరి బాల వ్యాకరణం, నీతిచంద్రిక వంటి రచనలు చేశారు. పానుగంటి లక్ష్మీనరసింహారావు, కందుకూరి వీరేశలింగం పంతులు వంటి వారు నాటి సాంఘిక దురాచారాలకు వ్యతిరేకంగా వ్యంగ్య రచనలు చేశారు. అప్పట్లో సంస్కృత భాషా భూయిష్ఠమైన గ్రాంథిక భాష ప్రభావం ఎక్కువగా ఉండేది. గొప్ప గొప్ప సాహితీవేత్తలు గొప్ప సాహిత్యాన్నే సృష్టించినప్పటికీ, అదంతా గ్రాంథిక భాషలో ఉండటం వల్ల సామాన్యులకు చేరువ కాలేకపోయింది. గిడుగు రామమూర్తి వ్యావహారిక భాషోద్యమం చేపట్టడంతో తెలుగు భాషకు దశ, దిశ మారాయి. గురజాడ అప్పారావు వాడుక భాషలో రాసిన 'కన్యాశుల్కం' ఆధునిక తెలుగు సాహిత్యంలో ఒక మైలురాయిగా నిలిచిపోయింది. నవల, కథానిక వంటి పాశ్చాత్య సాహితీ ప్రక్రియలు ఆ కాలంలోనే తెలుగులోకి వచ్చాయి. చాలామంది రచయితలు వ్యావహారిక భాషలో రచనలు ప్రారంభించినా, తెలుగు పత్రికలు మాత్రం చాలాకాలం మడిగట్టుకుని గ్రాంథికంలోనే వార్తలు, సంపాదకీయాలు రాసేవి. గిడుగు రామమూర్తి శిష్యుడైన తాపీ ధర్మారావు తొలిసారిగా తెలుగు పత్రికల్లో వాడుక భాషను ప్రవేశపెట్టారు. ఆయన సంపాదకత్వంలోని 'జనవాణి' వాడుక భాషలో వచ్చేది. ఆ తర్వాత కొద్దికాలానికే తెలుగు పత్రికలన్నీ వ్యావహారిక భాష వైపు మళ్లాయి.

తెలుగు విశేషాలు

- నన్నయ మహాభారతాన్ని తెలుగులోకి అనువదించడానికి ముందు మరొక గ్రంథాన్ని రాశాడు. అది 'ఆంధ్ర శబ్ద చింతామణి' అనే వ్యాకరణ గ్రంథం. ఇదే తెలుగులో తొలి వ్యాకరణ గ్రంథం. దీనిని రచించినందు వల్లనే నన్నయకు 'వాగనుశాసనుడు' అనే బిరుదు వచ్చింది.
- భారత భూభాగానికి వెలుపల ఒక తెలుగు గ్రంథాలయం ఉంది. అది ఎక్కడ అంటారా..? మయన్మార్ రాజధాని యాంగన్‌లో 'శ్రీ యోగి వేమన గ్రంథాలయం'పేరిట ఉందది. అక్కడి తెలుగు సంఘం ఆధ్వర్యంలో ఈ గ్రంథాలయం పనిచేస్తోంది.
- మయన్మార్‌లో ఒక వీధికి అచ్చ తెలుగు పేరు ఉంది. మయన్మార్‌లోని నాలుగో అతిపెద్ద నగరమైన మాలమ్యీన్‌లో ఉన్న ఆ వీధి పేరు 'మల్లెపూల దిబ్బ'.
- మయన్మార్‌లో ప్రాచీన 'తైలాంగ్' నాగరికతకు చెందిన వారు ఇప్పటికీ తెలుగులోనే మాట్లాడుకుంటారు. వారి మూలాలు కృష్ణా–గోదావరి పరివాహక ప్రాంతాలకు చెందినవి. శతాబ్దాల కిందటే వారు ఇక్కడి నుంచి మయన్మార్‌కు వలస వెళ్లి స్థిరపడ్డారు.
- బైబిల్‌ను తెలుగులోకి అనువదించిన రచయిత ఏ తెలుగు పండితుడో కాదు. బెంజమిన్ షుల్జే అనే పోర్చుగీసు మతగురువు తొలిసారిగా బైబిల్‌ను తెలుగులోకి అనువదించాడు.
- 'తెలంగాణ' అనే మాటను తొలిసారిగా ఉపయోగించిన ప్రాచీనుడు బహుశ కృష్ణదేవరాయలే! 'తెలుగు తలచిన దేశంబు తెలంగాణ్యము' అని అన్నాడాయన.
- శ్రీలంకలోని జిప్సీ తెగకు చెందిన వారిలో ఎక్కువ మంది నేటికీ తెలుగులోనే మాట్లాడతారు.
- మారిషస్‌లో రేడియో, టీవీలలో తెలుగు కార్యక్రమాలు ప్రసారమవుతుంటాయి.
- తెలుగులో దాదాపు ముప్పయి మాండలికాలు వాడుకలో ఉన్నాయి.

భాష చనిపోతే ఏమవుతుంది?

గడిచిన ఐదు దశాబ్దాల కాలంలో భారతదేశంలో 250కి పైగా భాషలు అంతరించిపోయాయని పీపుల్స్ లింగ్విస్టిక్ సర్వే ఆఫ్ ఇండియా (పీఎల్ఎస్ఐ) సర్వేలో తేలింది. 20 ఏళ్లకు పైనే శ్రమించి తయారు చేసిన నివేదికలో పీఎల్ఎస్ఐ ఈ వివరాలను వెల్లడించింది. ప్రస్తుతం దేశంలో 780కి పైగా భాషలు మనుగడలో ఉన్నాయి. మరో 50 ఏళ్లలో ఇందులో సగానికి పైగా భాషలు కాలగర్భంలో కలిసిపోయే ప్రమాదం ఉందని పీఎల్ఎస్ఐ హెచ్చరిస్తోంది.

ఒక భాష అంతరించిపోవడం అంటే ఆ భాషతో ముడిపడి ఉన్న సంస్కృతీ సంప్రదాయాలు, సాహిత్యం మరుగునపడిపోవడమే! ఒక్క మాటలో చెప్పాలంటే భవిష్యత్ తరానికి చెప్పుకోవడానికి ఒక చరిత్ర కూడా లేకపోవడం!!

ఈ అంతరించిపోయే ప్రమాదమున్న భాషల్లో తెలుగు లేకపోవడం సంతోషకరమైన విషయం. అయితే ప్రమాదం లేకపోయినంత మాత్రాన తెలుగు ఎప్పటికీ ఇలా వర్ధిల్లుతుందని చెప్పుకోవడానికి కూడా లేదు. దానికి ప్రతీ తెలుగు వాడి కృషి అవసరం.

తెలుగంటే అమ్మ భాష.

'అమ్మ'తో మొదలై.. అమాయకంగా, అందంగా, ఇష్టంగా మనతో పాటే పెరిగిన భాష.

ఎన్నెన్ని భాషలు నేర్చేసుకున్నా, టెక్నాలజీ ఎంతెంత దూసుకెళ్లినా, ప్రపంచంతో పోటీ పడేందుకు పరాయి భాషను పూర్తిగా అందిపుచ్చుకున్నా.. అమ్మను కలుపుకొని మాట్లాడినంత ఇష్టంగా మరో భాషలో మాట్లాడలేం!

అమ్మను ప్రేమించడం ఎప్పుడూ తగ్గదు. తగ్గలేదు. తగ్గనివ్వకూడదు కూడా.

ఎంత బాగుందీ అమ్మను, అమ్మ భాషనూ ప్రేమించడం! అలా ప్రేమిస్తూనే ఉందామిలా, తెలుగు ఎప్పటికీ బతికే ఉండేలా!!

- ఫన్‌డే డెస్క్

• పట్టుకోండి చూద్దాం

Crime Solve

అటు చూడు!

పేరున్న డాక్టరా? పలుకుబడి ఉన్న వ్యక్తా? అనేది తెలియదుగానీ... ముఖర్జీ స్నేహం నీటి చెలమలాంటిది. తరగనిది. అలాంటి ముఖర్జీ ఒకరోజు హత్యకు గురయ్యాడు.

డాక్టర్ ముఖర్జీకీ పని అంటే ఎంత ఇష్టమో, స్నేహితులతో గడపడం అంటే అంతే ఇష్టం. ఏ మాత్రం సమయం చిక్కినా రెక్కలు కట్టుకొని స్నేహితుల దగ్గర వాలిపోతుంటాడు. వాళ్లతో కలిసి కొత్త ప్రదేశాలకు ప్రయాణం చేస్తుంటాడు.

ముఖర్జీ ముక్కోపి. చిన్న చిన్న విషయాలకే అగ్గిమీద గుగ్గిలం అవుతుంటాడు. అందుకే ఒకసారి కనిపించిన స్నేహితులు మరోసారి అతని దగ్గర కనిపించరు. అయినా సరే ముఖర్జీతో స్నేహం చేయడానికి అందరూ ఉవ్విళ్లూరుతుంటారు. దీనికి కారణం... ఆయన పని నుంచి విరామం కోసం స్నేహితులతో కలిసి నిర్జన ప్రదేశాలలో, స్నేహితులతో కలిసి రెండు రోజులు ప్రకృతి మధ్య గడపడం ముఖర్జీకి అలవాటు. ఈసారి కూడా అలాగే వెళ్లాడు.

అయితే వెళ్లిన వ్యక్తి తిరిగిరాలేదు.

ఎవరితో కలిసి వెళ్లాడో కూడా ఎవరికీ తెలియదు.

ఊరి బయట నిర్జనప్రదేశంలో పడి ఉన్న ముఖర్జీ శవాన్ని పశువుల కాపరి చూడడంతో, ముఖర్జీ హత్యకు గురయ్యాడనే విషయం లోకానికి తెలిసింది. చనిపోయే ముందు ఒక పెద్ద చెట్టుకు నడుం ఆన్చి కూలబడిపోయాడు. పక్కన పెద్దరాయిపై ఉన్న కుడిచేయి పైకి చూపిస్తున్నట్లుగా ఉంది.

‘‘ఆ చెయ్యి యాదృచ్ఛికంగా పెట్టింది కాదు. అతను ఏదో క్లూ ఇవ్వడానికి ప్రయత్నించాడు’’ అన్నాడు ఇన్‌స్పెక్టర్ నరసింహ.

‘‘ఏమిటది?’’ అడిగాడు హెడ్‌కానిస్టేబుల్ సుందరం.

‘‘అడగడం కాదు ఆలోచించు’’ చిన్నగా విసుక్కున్నాడు ఇన్‌స్పెక్టర్.

‘‘అలాగే సార్’’ అంటూ వినయంగా బదులిచ్చాడు సుందరం.

పోలీసులు అనుమానితుల జాబితా సిద్ధం చేశారు.

1. శ్రీకర్, మోడల్
2. రాకేష్, చెఫ్
3. చంద్ర, ఇంజనీర్
4. తేజ, బేస్‌బాల్ కోచ్

ఆరాత్రి... హత్య జరిగిన ప్రదేశంలో చెట్టు దగ్గరికెళ్లి అచ్చం ముఖర్జీలా కూలబడి అదే పెద్దరాయిపై కుడిచేయి పెట్టాడు ఇన్‌స్పెక్టర్.

ఆ చేయి పైకి చూపిస్తుంది.

‘‘హంతకుడు ఎవరో తెలిసింది!’’ కాస్త గట్టిగానే అన్నాడు ఇన్‌స్పెక్టర్.

హంతకుడు ఎవరో మీరు చెప్పగలరా?

అద్దంలో ఆన్సర్ (కుడివైపు నుంచి అద్దం పెట్టుకుని చదవండి)

• జాతీయాలు

తిలతండులాలు

కొందర్ని కలపాలని తెగ ప్రయత్నించినా... కలవరుగాక కలవరు! కొందరిని కలపాలని ప్రయత్నిస్తే... ‘దానిదేముంది’ అంటూ కలుస్తారు.

కలిసిపోవడం అనేది నోటిమాటకే పరిమితమైన వ్యవహారమైపోతుంది. ఇలాంటి కృత్రిమస్నేహితులను చూసి ‘తిలతండులాలు’ అనడం పరిపాటి.

ఇక దాంపత్యం విషయానికి వస్తే...

కొన్ని జంటలు చూడముచ్చటగా ఉంటాయి.

చిలకాగోరింకల్లా ఉంటాయి.

తీరా విషయంలోకి వెళితే... ఒకరంటే ఒకరికి పొసగదు. ఇలాంటి వాళ్ల గురించి ప్రస్తావన వచ్చినప్పుడు...

‘తిలతండులాలు’ అంటారు.

చూడడానికి ఒక్కటైనట్లు కనిపించినా ఇద్దరి మధ్య కనిపించని శత్రుత్వం, వైరుధ్యాలు ఉన్నప్పుడు ఉపయోగించే మాట ‘నీటి మూటలు’

తిలలంటే నువ్వులు.

తండులాలు అంటే బియ్యపుగింజలు.

ఈ రెండిటిని కలిపినంత మాత్రాన... గుర్తు పట్టకుండా ఉంటామా?

రంగుల్లో, సైజుల్లో వాటిని కలిపినా కూడా వేటికి అవిగా కనిపిస్తాయి కదా!

నీటి మూటలు!

ఈ ఆధునిక కాలంలో నీటిని మూటగట్టడం పెద కష్టమైన విషయం కాకపోవచ్చుగానీ... ఒకప్పటి మాటేమిటి! నీటిని మూటగట్టడం అంటే ఇసుక నుంచి తైలం తీయడంలాంటిది. అసాధ్యమైన పని. ఈ అసాధ్యంలో నుంచి పుట్టిన జాతీయమే ‘నీటి మూటలు’

ఎవరైనా సాధ్యంకాని మాటలు మాట్లాడినా, అచరణ సాధ్యంకాని వాగ్దానాల గురించి చెప్పినా...

‘ఆయన మాటలు నీటి మూటలు’ అంటుంటారు.

మొండి రావిచెట్టు

‘వేపలేని వీధి, రావిచెట్టు లేని ఊరు ఉండదు’ అని పెద్దలు చెబుతుంటారు.

వేపచెట్టు విషయం ఎలా ఉన్నా.... రావిచెట్టును పనిగట్టుకొని ఇంటి పెరట్లో పెంచుకోరు ఎవరూ. ఈ చెట్టు రక్షణ కోసం ప్రత్యేకంగా చేపట్టే చర్యలు కూడా ఉండవు. ఏ వెన్నుదన్ను లేకపోయినా, ఎలాంటి ప్రతికూల పరిస్థితులను ఎదుర్కొనైనా ఈ చెట్టు పెద్ద చెట్టుగా ఎదుగుతుంది. ‘నా’ అనేవారు ఎవరూ లేకపోయినా, ఎలాంటి కష్టాలు ఎదురైనా పట్టించుకోని వారిని ‘మొండి రావిచెట్టు’ అంటుంటారు.



• హెల్త్ ల్యాబ్

బట్టతలపై జుట్టు మొలిపించే మందు!



బట్టతలతో బాధపడేవారికి శుభవార్త! అమెరికాలోని కాలిఫోర్నియా వర్సిటీ శాస్త్రవేత్తలు బట్టతలపై జుట్టు మొలిపించగల మందును కనుగొన్నట్లు ప్రకటించారు. వయసు మళ్లడం, జన్యు లక్షణాలు, హార్మోన్ల అసమతుల్యత, మానసిక ఒత్తిడి, తీవ్రంగా జబ్బుపడటం, కొన్ని రకాల ఔషధాల దుష్ప్రభావాల ఫలితంగా చాలామంది బట్టతల బారిన పడుతుంటారు. అయితే, బట్టతలకు దారితీసే నిర్దిష్టమైన కారణాలను ఇప్పటి వరకు ఎవరూ గుర్తించలేకపోయారని, తమ పరిశోధనల్లో ఆ కారణాలను గుర్తించామని కాలిఫోర్నియా వర్సిటీకి చెందిన మాలిక్యులర్, సెల్ అండ్ డెవలప్‌మెంటల్ బయాలజీ ప్రొఫెసర్ విలియమ్ లౌరీ వెల్లడించారు. జుట్టు కుదుళ్లలోని మూలకణాల్లో జరిగే జీవక్రియలు, చర్మ కణాల్లో జీవక్రియలు భిన్నంగా ఉంటాయని, జుట్టు కుదుళ్లలో జుట్టు పెరుగుదలకు, తరుగుదలకు దారితీసే జీవరసాయనిక ప్రక్రియలను తమ ప్రయోగాల్లో నిర్దిష్టంగా గుర్తించామని ఆయన తెలిపారు. ఈ ప్రయోగాల ఆధారంగా బట్టతలపై తిరిగి జుట్టుమొలిపించగల 'ఆర్‌సీజీడీ423', 'యూకే5099' అనే ప్రయోగాత్మక ఔషధ సమ్మేళనాన్ని రూపొందించామని వివరించారు.

సన్నగా ఉన్నా జంక్‌ఫుడ్‌తో రిస్కే!

జంక్‌ఫుడ్‌తో లావెక్కిపోతారనేది కొంత నిజమే! బొద్దుగా ఉన్నవాళ్లు జంక్‌ఫుడ్‌కు దూరంగా ఉండాలని చాలామంది సలహా ఇస్తుంటారు. అలాగని ఏం తిన్నా సన్నగా ఉండేవాళ్లు జంక్‌ఫుడ్ తింటే ఫర్వాలేదనుకుంటే అదంతా ఉత్త భ్రమేనని యూనివర్సిటీ ఆఫ్ అరిజోనాకు చెందిన పరిశోధకులు హెచ్చరిస్తున్నారు. జంక్‌ఫుడ్‌తో వచ్చే ఆరోగ్య సమస్య స్థూలకాయం ఒక్కటే కాదని, దాంతో నానా సమస్యలు తలెత్తుతున్నాయని చెబుతున్నారు. జంక్‌ఫుడ్‌తో డయాబెటిస్, హైబీపీలు మాత్రమే కాకుండా, క్యాన్సర్ ముప్పు కూడా ఉంటుందని హెచ్చరిస్తున్నారు. లావుగా లేమనే ధీమాతో ఎడాపెడా జంక్‌ఫుడ్ తింటూ పోయేవారికి ఇతరులతో పోలిస్తే క్యాన్సర్ సోకే అవకాశాలు దాదాపు పది శాతం ఎక్కువగా ఉంటాయని అరిజోనా వర్సిటీ శాస్త్రవేత్తల అధ్యయనంలో తేలింది. జంక్‌ఫుడ్ తినేవారిలో ముఖ్యంగా జీర్ణాశయానికి, పేగులకు, కిడ్నీలకు, పాంక్రియాస్‌కు, రొమ్ములకు, గర్భాశయానికి క్యాన్సర్ సోకే అవకాశాలు అధికంగా ఉంటాయని శాస్త్రవేత్తలు చెబుతున్నారు.

టీనేజర్ల ఆరోగ్యానికి బ్రేక్‌ఫాస్టే కీలకం

వయసుతో నిమిత్తం లేకుండా ఎవరికైనా ఉదయాన్నే తినే అల్పాహారం ఆరోగ్యానికి కీలకంగా పనిచేస్తుంది. ఎదిగే వయసులో ఉన్న టీనేజర్లకైతే ఇది మరింత కీలకమని అంతర్జాతీయ వైద్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. బ్రేక్‌ఫాస్ట్ ఎగ్గొట్టే టీనేజర్లు తరచుగా ఆరోగ్య సమస్యల బారిన పడతారని వారు హెచ్చరిస్తున్నారు. తరచుగా బ్రేక్‌ఫాస్ట్ ఎగ్గొట్టే టీనేజర్లు ఐరన్, అయోడిన్, క్యాల్షియం, ఫోలేట్ వంటి పోషకాల లోపంతో బాధపడతారని, వారిలో జీవక్రియలు కూడా మందగిస్తాయని లండన్‌లోని కింగ్స్ కాలేజీకి చెందిన వైద్య నిపుణులు



చెబుతున్నారు. దీర్ఘకాలం ఇదే అలవాటు కొనసాగితే మెదడు కుంచించుకుపోవడంతో పాటు ఎదుగుదల లోపాలు తలెత్తే అవకాశాలు కూడా ఉంటాయని వారు హెచ్చరిస్తున్నారు. సన్నగా కనిపించాలనో, త్వరగా కాలేజీలకు, స్కూళ్లకు బయల్దేరాలనో బ్రేక్‌ఫాస్ట్ ఎగవేయడం సరికాదని, ఎదిగే వయసులో ఉండే పిల్లలు ఉదయాన్నే పుష్టికరమైన ఆహారం తీసుకోవాలని వారు సూచిస్తున్నారు.

• సెప్టెంబర్ 2 బ్రెడ్ డే

బహు భేషైన బ్రెడ్

పిల్ల ఏడ్చింది! అయితే బ్రెడ్ ముక్కలు పెట్టమంటున్నారు ఇప్పటి ఆధునిక బామ్మలు. ఎందుకంటే చపాతీ ముద్ద కలిపి, పూరీలు, పుల్కాలు చేసి.. నూనె వేసి, కాల్చి ఇచ్చే తీరిక, ఓపికా రెండు కరువైపోయాయి. అందుకే, కాస్త జామ్ పూసి, ఆమ్లెట్ వేసి ఇన్‌స్టంట్ బ్రెడ్‌లనే పిల్లలకు అందించేస్తున్నారు మోడ్రన్ అమ్మలు. ఏ బ్రెడ్ అయితేనేం గోధుమ రెసిపీ అయితే అన్ని విధాలా ఆరోగ్యకరమే! ఇంతకీ విషయమేంటంటే త్వరలో 'బ్రెడ్ డే' రాబోతుంది. దాని విశేషాలు ఓ సారి చూద్దాం!!

బ్రెడ్ కథలు

కొన్ని ఏళ్ల క్రితం న్యూ ఇయర్ సెలబ్రేషన్స్‌లో భాగంగా బ్రిటన్‌లో బ్రెడ్ గేమ్ జరిగేది. బ్రెడ్‌లో సిల్వర్ కాయిన్ పెట్టి ఆడే ఈ ఆటలో ధనికులే అధికంగా పాల్గొనేవారట. ఈ రోజుల్లో బ్రెడ్ అన్ని తరగతుల వారు వాడుతున్నారు. అయితే మధ్యయుగంలో పాశ్చాత్య ఐరోపా వారు బ్రెడ్‌ను తరగతుల వారీగా తయారు చేసుకునేవారట. వాటికి పోప్స్ లోఫ్(బ్రెడ్), కోర్ట్స్ లోఫ్, కామన్ లోఫ్ అనే రకరకాల పేర్లు ఉండేవి.

బెటర్ బ్రెడ్

ఐరన్, జింక్, మెగ్నీషియం, పొటాషియం, విటమిన్ – బి వంటి పోషకాలెన్నో బ్రెడ్‌లో ఉంటాయి. బ్రిటన్ పురుషులు రోజుకి 113 గ్రాముల బ్రెడ్ తింటుంటే.. అక్కడి మహిళలు 76 గ్రాములు లాగించేస్తున్నారు. 2007 నుంచి సగటు ఆహారం, ఇతర పానీయాల ధర 33 శాతం పెరగగా... బ్రెడ్ ధర 34 శాతం పెరిగింది.

బ్రెడ్ నమ్మకాలు

ఏదేమైనా ఆచారాలు, నమ్మకాల విషయంలో మనుషులంతా ఒక్కటేనేమో అనిపిస్తుంది. స్కాండినేవియన్ సంప్రదాయంలో.. అమ్మాయి, అబ్బాయి ఒకే బ్రెడ్ తింటే వాళ్ల ప్రేమలో ఉన్నట్లు అర్థమట. ఇక బ్రెడ్ అనేది ఈజిప్ట్ ప్రజలకు గౌరవప్రదమైంది. ఒకప్పుడు దాన్ని కరెన్సీగా కూడా ఉపయోగించేవారు. మరణించిన శవాలతో పాటు... బ్రెడ్ కూడా సమాధుల్లో పెట్టడం వారి ఆచారం. మరోవైపు మధ్యయుగంలో ఫ్రాన్స్‌లోని వడ్డీ వ్యాపారులు బ్రెడ్‌ను అప్పులుగా ఇచ్చేవారట. ఇక కొన్ని చోట్ల టోస్ట్ చేసేటప్పుడు బ్రెడ్ బోర్లపడితే అశుభమనే మూఢ నమ్మకం కూడా ఉంది.

బుల్లి చపాతి!!

'అమ్మా.. నాకు బుల్లి ఉండ ఈయమ్మా.. నేను కూడా చపాతీ చేసుకుంటా..' అని ముద్దుముద్దుగా అడిగే బుల్లి బుజ్జాయిలను చూస్తే బాల్యం భలే గుర్తొస్తుంది. చిన్నప్పుడు బుల్లి చపాతి, బుల్లి పూరి లాగించిన జ్ఞాపకాలు కళ్ల ముందు మెదులుతుంటాయి. హాలీడే వచ్చిందంటే చపాతీ, పూరీలకు ప్రత్యేకమైన రోజు. బంగాళాదుంప కుర్మాలో చపాతీని అలా తుంచి.. ఇలా నోట్లో పెట్టుకుంటే....! అబ్బా, నోరు ఊరుతుంది కదూ.. వెంటనే తినాలనిపిస్తుంది కదూ! మనం అప్పుడప్పుడు అరుదుగా చేసుకునే చపాతీలు, పుల్కాలను నార్త్ ఇండియన్స్ రెగ్యులర్‌గా లాగిస్తుంటారు. మనం చేసుకునే ఈ చపాతీలనే ఫారినర్స్ ఫ్లాట్ బ్రెడ్స్ అంటారు.

గోధుమ లెక్కలు

ఒక మనిషి పొద్దున్న టిఫిన్, మధ్యాహ్నం లంచ్, నైట్ డిన్నర్‌గా మొత్తం గోధుమ ఆహారాన్నే తీసుకున్నట్లయితే... 168 రోజులకు సుమారు 60 కేజీల గోధుమలు ఖర్చు అవుతాయి. అంటే... ఒక ఎకరంలో పండే గోధుమలతో నలుగురు సభ్యులు సంవత్సరం పాటు జీవించొచ్చు.

చరిత్రలో బ్రెడ్

బ్రెడ్ తయారీ అనేది క్రీస్తు పూర్వం 2,500 ఏళ్ల క్రితమే ఉంది. అప్పట్లోనే 80 రకాల బ్రెడ్ తయారు చేసుకునేవారు. ఈ విశేషాలన్నీ పక్కనపెడితే... 'బ్రెడ్ డే' రోజున గోధుమ ఐటమ్స్ చేసుకుని ఇంటిల్లిపాది తింటే బహు బాగుంటుంది కదూ! మరి ఈ సారికి అలా కానిచ్చేయ్యండి!!

విచిత్ర ఫలాలు

మనం చాలా పండ్లనే చూసి ఉంటాం. వాటిలో చాలా పండ్లను రుచి చూసి ఉంటాం. రకరకాల రంగులు, రకరకాల పరిమాణాలు, రకరకాల ఆకారాలలో ఉండే పండ్లు ప్రపంచంలో చాలానే ఉన్నాయి. కొన్ని రకాల పండ్లు కొన్ని ప్రాంతాలకే పరిమితం. కొన్ని పండ్లు కొన్ని కాలాల్లో మాత్రమే పరిమితం. ఇంకొన్ని పండ్లు దాదాపు అన్ని ప్రాంతాల్లోనూ, అన్ని కాలాల్లోనూ విరివిగా దొరుకుతాయి. కొన్ని పండ్లు మాత్రం చూడటానికి చిత్ర విచిత్రంగా ఉంటాయి. అంతేకాదు, చాలా అరుదుగా కొద్ది ప్రాంతాల్లో మాత్రమే దొరుకుతాయి. అలాంటి అరుదైన కొన్ని పండ్లు... వాటి విశేషాలు...

రాంబుటాన్

ఇండోనేసియా, మలేసియా అటవీ ప్రాంతాల్లో రాంబుటాన్ చెట్లు కనిపిస్తాయి. రాంబుటాన్ పండ్లు ఎర్రని రంగులో ఉంటాయి. తొక్కపై వెంట్రుకల్లాంటి పిలకలు ఉంటాయి. మలయ్, ఇండోనేసియన్ భాషల్లో 'రాంబుట్' అంటే జుట్టు అనే అర్థం ఉంది. తొక్కపై జుట్టులాంటి అమరిక ఉండటంతో ఈ పండుకు రాంబుటాన్ అనే పేరు వచ్చింది. ఇందులోని గుజ్జు తెల్లగా మెత్తగా ఉంటుంది. రుచి కాస్త తియ్యగా, కాస్త పుల్లగా ఉంటుంది.

చెరిమోయా

దక్షిణ అమెరికా, మధ్య అమెరికాలతో పాటు ప్రపంచంలోని ఉష్ణమండల ప్రాంతాల్లోని అడవుల్లో చెరిమోయా పండ్ల చెట్లు కనిపిస్తాయి. చెరిమోయా దాదాపు సీతాఫలాన్ని పోలి ఉంటుంది. ఇందులో కూడా తీపిగా ఉండే తెల్లని గుజ్జు, విరివిగా నల్లని గింజలు ఉంటాయి. మార్క్ ట్వైన్ ఈ పండును మానవులు ఎరిగిన అత్యంత రుచికరమైన పండుగా అభివర్ణించాడు.





డ్యూరియన్

చిన్నసైజు పనసపండు పరిమాణంతో నిండా ముళ్లతో ఉండే డ్యూరియన్ పండ్ల చెట్లు మలేసియా, థాయ్‌లాండ్ సహా ఆగ్నేయాసియాలోని అడవుల్లో కనిపిస్తాయి. ఆగ్నేయాసియాలో డ్యూరియన్ పండ్లను 'కింగ్ ఆఫ్ ఫ్రూట్స్'గా పరిగణిస్తారు. డ్యూరియన్ పండ్లలో దాదాపు 300 రకాలు ఉన్నాయి. ఈ పండ్లను కోసీ కోయగానే కుళ్లిన ఉల్లిపాయలను తలపించే దుర్భరమైన వాసన చుట్టూ వ్యాపిస్తుంది. ఈ పండ్లలో లేత పసుపు రంగులో ఉండే గుజ్జును నేరుగా తినడంతో పాటు రకరకాల వంటకాల్లో ఉపయోగిస్తారు.



అచి

ఉత్తర అమెరికా, మధ్య అ
ప్రాంతాల్లో పొదల్లా ఎదిగే
ఆఫ్రికా, ఆసియాలలో
కనిపిస్తాయి. ఎరుపు రం
కనిపించే నూగుతో ఉం
ఉంటాయి. ఈ గింజ
వాడతారు. ఈ గింజల
కలర్స్ తయారు చేస్తా
కొంచెం కారంగా ఉంట
జాజికాయ పరిమ

క్యూపూఆసు

అమెజాన్ అడవుల్లో క్యూపూఆసు పండ్లు పండే చెట్లు విరివిగా ఉంటాయి. ఈ పండు తొక్క మట్టి రంగులో కాస్త గట్టిగా ఉంటుంది. లోపల మెత్తని గుజ్జు కాస్త తెలుపు, లేత పసుపు కలగలిసిన రంగులో ఉంటుంది. దీని పరిమళం కాస్త చాక్లెట్, కాస్త పైనాపిల్ వాసనలను తలపిస్తుంది. రుచికి పియర్ పండు మాదిరిగా, అరటి పండు మాదిరిగా ఉంటుంది. ఈ పండు గుజ్జును నేరుగా తినడంతో పాటు దీనిని పానీయాలు, ఐస్‌క్రీమ్‌లు, మిఠాయిల తయారీలోనూ ఉపయోగిస్తారు.



అక్కీ

దీనిని చీజ్ ఫ్రూట్ అని కూడా ఉంటారు. జమైకా జాతీయ పండు ఇది. పశ్చిమాఫ్రికాలోని అటవీ ప్రాంతాల్లో కనిపించే చెట్లకు ఇవి పండుతాయి. వీటి తొక్క పసుపు, ఎరుపు కలగలసిన రంగులో దానిమ్మ తొక్కలా కొంత దళసరిగా ఉంటుంది. లోపల వెన్నముద్దలా తెల్లని గుజ్జు, నల్లని గింజలు ఉంటాయి. తియ్యగా ఉండే గుజ్జును నేరుగా తినడంతో పాటు, వంటకాల్లోనూ ఉపయోగిస్తారు. జమైకాలో ఈ పండ్ల గుజ్జును, ఉప్పు చేపలను కలిపి వండుకు తింటారు.



సాలక్

ఎరుపు, ముదురు గోధుమ రంగులు కలగలసిన రంగులో పొలుసులు పొలుసులుగా ఉండే తొక్కతో కనిపించే సాలక్ పండును ‘స్నేక్‌ఫ్రూట్’ అని కూడా అంటారు. సాలక్ చెట్లు ఇండోనేసియా, మలేసియా అటవీ ప్రాంతాల్లో కనిపిస్తాయి. తొక్క తీశాక లోపల తెల్లగా పెద్దసైజు వెల్లుల్లి రెబ్బల్లా కనిపించే కాస్త గట్టి గుజ్జు భాగం ఉంటుంది. గుజ్జులో తినడానికి పనికిరాని గట్టి గింజలు ఉంటాయి. గుజ్జు రుచికి తియ్యగా, కాస్త పుల్లగా ఉంటుంది. సాలక్ పండ్లను వైన్ తయారీలో కూడా ఉపయోగిస్తారు.



బ్లాక్ సపోటి

దీనిని చాక్లెట్ పుడ్డింగ్ ఫ్రూట్ అని కూడా అంటారు. ఈ పండ్ల చెట్లు మధ్య అమెరికాలోని అటవీ ప్రాంతాల్లోను, కరీబియన్ దీవుల్లోను కనిపిస్తాయి. ఈ పండు తొక్క ముదురు ఆకుపచ్చ రంగులో ఉంటుంది. లోపల గుజ్జు చాక్లెట్ రంగులో ఉంటుంది. రుచి, వాసనల్లో కూడా ఈ పండు గుజ్జు దాదాపు చాక్లెట్‌లాగానే ఉంటుంది. పండులో దాదాపు పది పన్నెండు గింజలు ఉంటాయి. ఇవి బొప్పాయి గింజల పరిమాణాలలో ఉంటాయి.



...ియోటి

...మెరికా, దక్షిణ అమెరికా అటవీ ... చిన్న చెట్లకు పండుతాయి ఇవి. ...కూడా కొన్ని చోట్ల ఈ చెట్లు ...గు తొక్కపైన సన్నని ముళ్లలా ...డే ఈ పండ్లలో ఎర్రని గింజలు ...లను పేస్ట్‌గా తయారు చేసి ...పేస్ట్‌తోనే పసుపు, ఆరెంజ్ ఫుడ్ ...రు. రుచికి ఇది కాస్త తీపిగా, ...ంది. దీని పరిమళం దాదాపు ...ళాన్ని పోలి ఉంటుంది.

బుద్ధాస్ హ్యాండ్

ఇది నిమ్మజాతికి చెందిన పండు. చైనా, జపాన్, కొరియా, మలేసియాలలో పండుతుంది. బౌద్ధులు దీనిని చాలా పవిత్రమైన పండుగా భావిస్తారు. బౌద్ధ ఆలయాల్లో నైవేద్యంగా సమర్పిస్తారు. మిగిలిన సిట్రస్ పండ్ల మాదిరిగా ఇందులో రసం ఉండదు. కాస్త గట్టిగా ఉండే తెల్లని గుజ్జు ఉంటుంది. దీని పరిమళం ఆహ్లాదభరితంగా ఉంటుంది. దీనిని వంటకాల్లోను, సంప్రదాయ వైద్యంలోను విరివిగా వాడతారు.

ల్యాంగ్‌సాట్

ఆగ్నేయాసియాలోని అటవీ ప్రాంతాల్లో ల్యాంగ్‌సాట్ చెట్లు కనిపిస్తాయి. ల్యాంగ్‌సాట్ పండు తొక్క దాదాపు సపోటా పండు తొక్క మాదిరిగా ఉంటుంది. లోపల గుజ్జు మాత్రం తాటిముంజె రంగులో ఉంటుంది. గుజ్జు తియ్యగా, రుచిగా ఉంటుంది. ఇందులోని గింజలు చేదుగా ఉంటాయి. పండులోని గుజ్జును నేరుగా తింటారు. జ్యూస్‌ల తయారీలోనూ ఉపయోగిస్తారు. సంప్రదాయ వైద్యంలో ఈ పండు గింజలను నూరుకుని కడుపులోని క్రిమిదోషాలకు ఔషధంగా ఉపయోగిస్తారు.





• టూర్‌దర్శన్

మురుడేశ్వర్

మహిమాన్వితమైన శైవ క్షేత్రం



పాండవులు పూజించిన పుణ్యక్షేత్రమిది. సాక్షాత్తూ పార్వతీ పరమేశ్వరుల పాదధూళి పడిన పావన తీర్థమిది. సురపతి అయిన ఇంద్రుడు సందర్శించిన ఆలయమిది. అదే మురుడేశ్వర్. ఇక్కడ కొలువైన స్వామికి మురుడేశ్వరుడని పేరు. ఈ స్వామిని పూజిస్తే కోరికలన్నీ నెరవేరతాయని విశ్వాసం. అందుకే ఇక్కడికి దేశంలోని అన్ని ప్రాంతాలనుంచి భక్తులు వచ్చి పూజిస్తుంటారు. అతి ప్రాచీనక్షేత్రమైన ఈ పుణ్యస్థలి ఉన్నది కర్ణాటకలోని ఉత్తర కన్నడ జిల్లా బత్కల్ తాలూకాలో.

స్థలపురాణం: రావణాసురుడు భక్తితో శివుని మెప్పించి, కైలాసం నుంచి ఆయన ఆత్మలింగాన్ని తీసుకుని వస్తుంటాడు. రావణాసురుడి చేతికి శివుడి ఆత్మలింగం చిక్కితే, అతను దాన్ని లంకలో ప్రతిష్ఠిస్తే ఇక రావణుని అకృత్యాలకు అడ్డుకట్ట వేయగలవారే ఉండరనే ఉద్దేశ్యంతో దేవతల కోరికమేరకు వినాయకుడు ఒక పిల్లవాడి రూపంలో వస్తాడు. సాయంత్రం వేళ సంధ్యావందనం చేయడం కోసం ఆత్మలింగాన్ని ఎవరికి అప్పగించాలా అని ఆలోచిస్తూ ఉంటాడు రావణుడు, సరిగ్గా అదే సమయంలో రావణుడి కంట పడతాడు బ్రాహ్మణ బాలుడి వేషంలో ఉన్న గణపతి. కాసేపు శివలింగాన్ని చేతితో పట్టుకుని ఉంటే, తాను స్నానసంధ్యలు ముగించుకుని వస్తానని చెప్పి వెళతాడు రావణుడు. పథకం ప్రకారం, రావణుడు వచ్చేలోగా శివలింగాన్ని నేలమీద పెట్టేస్తాడా బాలుడు. ఇంకేముంది, శివలింగం భూమిలో దిగబడిపోతుంది. ఎంత ప్రయత్నించినా బయటకు రాదు. అప్పుడు రావణుడు ఆగ్రహంతో ఆత్మలింగానికి కప్పి ఉన్న వస్త్రం, దారం తదితర వస్తువులను విసిరి పారేస్తాడు. ఆ వస్తువులు పడిన ప్రదేశాలే గోకర్ణ క్షేత్రానికి దగ్గరలో ఉన్న సజ్జేశ్వర, గుణవంతేశ్వర, మురుడేశ్వర, ధారేశ్వర లింగాలు. ఈ క్షేత్రాలన్నీ కలిపి పంచక్షేత్రాలుగా ప్రసిద్ధి చెందాయి. ఆత్మలింగం మీద ఉన్న వస్త్రాన్ని రావణాసురుడు విసిరేస్తే, ఆ వస్త్రం పడిన ప్రదేశమే మురుడేశ్వరం. మురుడ అంటే కన్నడంలో వస్త్రమనీ, సంతోషమనీ అర్థాలున్నాయి. అందరికీ సంతోషాన్ని ఇచ్చే ప్రదేశం కాబట్టి ఇది మరుడేశ్వరక్షేత్రమయిందని అంటారు.

ఈ క్షేత్రానికి ఉత్తరాన భవానీమాత, తూర్పున దుర్గామాత, ఇతర దేవతలందరూ మిగిలిన దిక్కులలో ఉండి పరిరక్షిస్తూ ఉంటారని, బ్రహ్మదేవుడు కూడా ఇక్కడికి వచ్చి మురుడేశ్వరుడిని పూలు, పత్రాలతో పూజించి, పండ్లను నివేదించి వెళుతుంటాడని, బ్రహ్మదేవుడు శివుడిపై తన కమండలంతో చిలకరించిన నీటితో కమండల తీర్థం అనే పవిత్ర సరస్సు ఏర్పడిందట.

అద్భుతం... అనన్య సామాన్యం: మురుడేశ్వర దేవాలయం ఆ కాలంలో దేవాలయ నిర్మాణంలో పవిత్రతకు, అద్భుత శిల్పసౌందర్యానికి నిదర్శనం. మురుడేశ్వర దేవాలయం ఆవరణంలో కనిపించే శివుని ఎత్తైన పాలరాతి విగ్రహం అందరినీ ఆశ్చర్య చకితులను చేస్తుంది. 123 అడుగుల ఎత్తున్న ఈ విగ్రహాన్ని నిర్మించడానికి రెండేళ్లు పట్టిందట. 20 అంతస్థులతో కూడిన ఆలయ గాలిగోపురం సుమారు 250 అడుగుల ఎత్తులో ఉంటుంది. గాలిగోపురానికి ఇరుపక్కలా గల ఏనుగు ప్రతిమలు సజీవ శిల్పాల్లా కనిపిస్తాయి.

తీర్థేశ్వరం కూడా... మురుడేశ్వరంలో పవిత్ర స్నానాలు చేయడానికి బ్రహ్మతీర్థం, కమండల తీర్థం, అగ్నితీర్థం, భీమతీర్థం, దేవతీర్థం అనే ముఖ్యమైన తీర్థాలున్నాయి. ఈ తీర్థాలలో స్నానం చేయడం వల్ల దీర్ఘవ్యాధులు నశిస్తాయని, కోరిన కోరికలు నెరవేరతాయనీ అంటారు.

ఆలయ ప్రాంగణంలోనే ఇతర దేవతల సన్నిధులు కూడా ఉన్నాయి. వాటిలో గణపతి మందిరం, గౌరీమందిరం, దత్తాత్రేయ, సుబ్రహ్మణ్య, ఆంజనేయ మందిరాలు ముఖ్యమైనవి. ఆలయం ఆవరణలో ఉన్న రావిచెట్టు చుట్టూ ప్రదక్షిణలు చేసి, తమ కోరికలను నెరవేర్చమని భక్తులు ముడుపులు కడుతుంటారు.

- డి.వి.ఆర్. భాస్కర్

ఎలా వెళ్లాలంటే..?

గోకర్ణం నుంచి మురుడేశ్వరం సుమారు 70 కిలోమీటర్ల దూరంలో ఉంది. మురుడేశ్వరం 17వ నంబరు జాతీయ రహదారిలో ఉండటం వల్ల రవాణా సౌకర్యాలు బాగానే ఉన్నాయి. బెంగళూరు, మంగుళూరు, హుబ్లీ, ధర్మస్థల నగరాలనుంచి బస్సులున్నాయి. నేరుగా రైలు సౌకర్యం కూడా ఉంది.

భోజన, వసతి: ఇక్కడ యాత్రీకులు ఉండటానికి వసతి గృహాలు, హోటళ్లు ఉన్నాయి.

• న్యూ ఫేస్

వయసు కనిపించనీయదు!

అసలు వయసు కంటే కాస్త తక్కువ చెప్పుకోవడం చాలామంది ఆడవారికి అలవాటే. నలభైలో ఇరవైలా... అరవైలో నలభైలా కనిపించాలని కోరుకుంటారు. అయితే చర్మకాంతి అందుకు సహకరించాలి. అందుకోసమే చాలామంది బ్యూటీ పార్లర్ల చుట్టూ తిరుగుతుంటారు. రకరకాల ఫేస్ క్రీమ్స్ అప్లై చేస్తుంటారు. కానీ వాటన్నింటి కంటే సహజసిద్ధమైన ఫేస్ ప్యాక్సే మంచి ఫలితాన్ని ఇస్తాయంటున్నారు నిపుణులు. ఇంటిపట్టున దొరికే పండ్లు, కూరగాయలతోనే రకరకాల ఫేస్ ప్యాక్స్ తయారు చేసుకోవచ్చు. ఇంకెందుకు ఆలస్యం ట్రై చేయండి ఇలా!!



కావల్సినవి:

దానిమ్మ గింజలు – 2 టేబుల్ స్పూన్స్
పాలు– 1 టేబుల్ స్పూన్
తేనె – పావు టేబుల్ స్పూన్
అరటిపండు గుజ్జు – 1 టేబుల్ స్పూన్

తయారీ: ముందుగా మిక్సీ బౌల్ తీసుకుని అందులో దానిమ్మ గింజలను వేసుకుని గ్రైండ్ చేసుకోవాలి. తరువాత ఆ మిశ్రమాన్ని వడకట్టి.. దానిమ్మ రసాన్ని ఒక బౌల్‌లో.. దానిమ్మ పిప్పి ఒక బౌల్‌లో వేసుకోవాలి. ఇప్పుడు దానిమ్మ రసం ఉన్న బౌల్‌లో పాలు యాడ్ చేసుకుని బాగా కలుపుకోవాలి. తరువాత చల్లని వాటర్‌తో శుభ్రం చేసుకుని.. ఫేస్, మెడ, చేతులకు అప్లై చేసుకుని 5 నిమిషాలు మర్దన చేసుకోవాలి. తరువాత మరో 5 నిమిషాల పాటు ఆరనిచ్చి.. గోరువెచ్చని నీళ్లతో శుభ్రం చేసుకోవాలి. తరువాత దానిమ్మ పిప్పి ఉన్న బౌల్‌లో అరటిపండు గుజ్జు, తేనె యాడ్ చేసుకుని బాగా కలుపుకుని ముఖానికి, మెడ భాగానికి అప్లై చేసుకుని 20 నిమిషాల తరువాత క్లీన్ చేసుకోవాలి. ఇలా వారానికి రెండు సార్లు అప్లై చేయడం వల్ల మంచి ఫలితం ఉంటుంది.

• నెయిల్ ఆర్ట్

గోళ్ల గూడు

ఈ ట్రెండీ రోజుల్లో మేకప్‌కు అగ్రస్థానం ఇచ్చే మగువలకు... నెయిల్ ఆర్ట్ అంటే భలే ఇష్టం! రంగురంగుల నెయిల్ పాలిష్‌లతో పాటు.. ఒక నెయిల్ పాలిష్ రిమూవర్ ఉంటే చాలు. ఎలాంటి ఆర్ట్‌నైనా నిమిషాల్లో వేసుకోవచ్చు. ఈ చిత్రంలోని నెయిల్ ఆర్ట్‌ని గమనించండి! మన ఇంట్లో ఏదో మూల గోడలకు ఉగే సాలెగూడు! భలే ఉంది కదూ!! మరి ఇంకెందుకు ఆలస్యం? అచ్చం చిత్రంలో చూపించినట్లుగా... లేదంటే, మీరు వేసుకున్న డ్రెస్ కలర్‌కు తగ్గట్టుగా కలర్స్ ఎంచుకుని.. నిమిషాల్లో ఈ నెయిల్ ఆర్ట్ వేసేసుకోండి. ఔరా అనిపించుకోండి.





1. ముందుగా నెయిల్స్ శుభ్రం చేసుకుని షేప్ చేసుకోవాలి. తరువాత బ్లాక్ కలర్ నెయిల్ పాలిష్ తీసుకుని మూడు నెయిల్స్ (చిటికెన వేలు, ఉంగరపు వేలు, బొటన వేలు)కి అప్లై చేసుకోవాలి. ఇప్పుడు ఆరెంజ్ కలర్ నెయిల్ పాలిష్ తీసుకుని మిగిలిన నెయిల్స్‌కి అప్లై చేసుకోవాలి.
2. తరువాత వైట్ కలర్ నెయిల్ పాలిష్ తీసుకుని, సన్నని బ్రష్‌తో చిత్రంలో చూపిన విధంగా చిటికెన వేలుకి స్టార్ అప్లై చేసుకోవాలి. తరువాత బ్లాక్ కలర్ తీసుకుని సన్నని బ్రష్‌తో మధ్యవేలుకి చిత్రాన్ని అనుసరిస్తూ.. మరో స్టార్ అప్లై చేసుకోవాలి.
3. ఇప్పుడు అదే బ్లాక్ కలర్‌తో మధ్యవేలుకి ఇంతకు ముందు అప్లై చేసుకున్న స్టార్‌కి చిత్రంలో కనిపిస్తున్న విధంగా సర్కిల్స్ వేసుకోవాలి.
4. తరువాత వైట్ కలర్ తీసుకుని సన్నని బ్రష్‌తో చిటికెన వేలుపై ఉన్న స్టార్‌కి సర్కిల్స్ అప్లై చేసుకోవాలి.
5. ఇప్పుడు చిటికెన వేలుకి ఉన్న వైట్ కలర్ సాలెగూడుపై ఆరెంజ్ కలర్ నెయిల్ పాలిష్ తీసుకుని సన్నని బ్రష్‌తో పైపూత వేసుకోవాలి.

• కొత్తకొత్తగా



టకటకా అన్నీ..

మహిళలు ఎంత బిజీగా ఉన్నా రోజువారి పనులు తప్పవు. ఏరోజుకారోజు ఉదయాన్నే లేచి.. టిఫిన్స్, లంచ్ బాక్స్‌లు సిద్ధం చేసేందుకు నానా హైరానా పడాల్సిందే. దోశలు, పెసరట్లు చేసుకోవాలంటే.. ఆ హైరానా మరింత పెరిగిపోతుంది. పెనం కాగి, ఒకదాని తరువాత మరొక అట్టు వేస్తూ కూర్చుంటే సమయం మొత్తం అయిపోతుంది. కానీ ఈ మెషిన్‌తో కావల్సిన టిఫిన్స్‌తో పాటు... వెరైటీ



ధర
40 డాలర్లు
(రూ.2,566)

ఐటమ్స్ చాలానే తయారు చేసుకోవచ్చు. దీనిపై రొట్టెలు, ఆమ్లెట్లు చేసుకోవచ్చు. చికెన్, మటన్, ఫిష్ వంటివి ఎన్నో ఉడికించుకోవచ్చు. టేస్టీ బిస్కెట్స్, కేక్స్ నిమిషాల్లో తయారు చేసుకోవచ్చు. ఈ మెషిన్‌పైన ఉన్న పాన్‌కు సిరామిక్ పూత ఉండటం వల్ల 30 శాతం వంట వేగంగా అయిపోతుంది. దీనికి ఇరువైపులా స్టెయిన్‌లెస్ స్టీల్ పూత ఉండటం వల్ల పవర్ ఆన్‌లో ఉన్నప్పుడు కూడా... హ్యాండిల్స్ పట్టుకోవడంలో ఎలాంటి ఇబ్బంది ఉండదు. దీనికి కింద భాగంలో వార్మింగ్ ట్రే కూడా ఉంటుంది. అందులో మరింత అదనపు ఆహారం వేడి చేసుకోవచ్చు. పవర్ సప్లైకి యూజ్ చేసే ప్రోబ్‌కి టెంపరేచర్ సెట్ చేసుకునే ఆప్షన్స్ ఉంటాయి. ఇంకా ఈ మెషిన్‌ని క్లీన్ చేయడం కూడా చాలా ఈజీ. టకటకా పనులు సాగాలంటే.. ఈ బిజీ లైఫ్‌కి ఇలాంటి మెషిన్ తప్పనిసరి కదూ!!

సులభం.. సౌఖ్యం..



ఒకప్పుడు టిఫిన్స్, భోజనం, స్నాక్స్ ఇలా కావల్సిన ఐటమ్స్ తయారీకి గంటల సమయం పట్టేది. కానీ ఇప్పుడు టెక్నాలజీ పెరిగింది. ఒకే మెషిన్‌పై అన్ని ఐటమ్స్ నిమిషాల్లో అయిపోతున్నాయి. ఈ చిత్రంలోని మెషిన్‌ని చూడండి. ఇందులో బిర్యానీ, ఫ్రైడ్‌రైస్, సూప్, చికెన్, మటన్, హల్వా, పాస్తా, పాయసం ఇలా చాలానే తయారు చేసుకోవచ్చు. ఎగ్స్, మొక్కజొన్న, చిలగడదుంప, కూరగాయలు, ఆకుకూరలను ఉడికించుకోవచ్చు. ఇందులో మొత్తం మూడు పాత్రలు ఉంటాయి. వాటికి మూతలు కూడా ఉంటాయి. అవి ఊడకుండా ఉండేందుకు మూడు స్ట్రాంగ్ రబ్బర్స్ మెషిన్‌తో పాటు లభిస్తాయి. దాంతో పవర్ ఆఫ్‌లో ఉన్నప్పుడు కూడా ఈజీగా ఎక్కడికైనా తీసుకెళ్లి సర్వ్ చేసుకోవచ్చు. సర్వ్ చేసుకునే సమయంలో మూతలు పక్కనపెట్టే ఇబ్బంది లేకుండా మూడు బౌల్స్ మధ్యలో మెషిన్‌తో పాటు లభించిన స్టాండ్‌ను అమర్చుకుని దానికి మూతలు పెట్టుకోవచ్చు. ఈ మెషిన్‌లో ఉన్న మూడు బౌల్స్‌కి వేరువేరు ఆప్షన్స్ ఉంటాయి. వాటి వల్ల అందులో ఉడికించే ఆహారానికి అవసరమైన టెంపరేచర్‌ను సెట్ చేసుకునే అవకాశం ఉంటుంది. పైగా వీటిని సులభంగా వేరుచేసి శుభ్రం చేసుకోవచ్చు.

ధర
99 డాలర్లు
(రూ.6,352)



భలే గ్రిల్

నోరూరించే రుచికరమైన ఫుడ్‌ని ఎవరు వద్దనుకుంటారు. అందుకే గ్రిల్ ఐటమ్స్ అంటే... లొట్టలేసుకుంటూ లాగించేస్తాం. తృప్తిగా తేన్చాక అనిపిస్తుంది 'బయట దొరికే ఆయిల్ ఫుడ్‌ని ఈ సారి తినకూడదు అని!' మళ్లీ మామూలే!! అందుకే ఈ చిత్రంలోని గ్రిల్. ఇది నోరూరించే రుచులతో పాటు.. ఆరోగ్యాన్ని అందిస్తుంది. ఎందుకంటే ఈ గ్రిల్ బొగ్గుల సాయంతో నడుస్తుంది. అంటే.. నిప్పుల టెంపరేచర్‌కు కాగిన నీటిఆవిరితో పనిచేస్తుంది. ఇందులో ఉప్పు, కారం, మసాలా దట్టించిన చికెన్, మటన్, ఫిష్ వంటి నాన్ వెజ్ ఐటమ్స్ గ్రిల్ చేసుకోవడంతో పాటు... జొన్నపొత్తులు, చిలగడదుంపలు వంటివి ఉడికించుకోవచ్చు. ఈ గ్రిల్ అడుగు భాగంలో ఒక బేసిన్‌లో బొగ్గులు వేసుకుని నిప్పు రాజేస్తే సరి. మనకు కావాల్సిన ఎన్నో ఐటమ్స్‌ను ఇట్టే తయారు చేసుకోవచ్చు. నిప్పులు ఉన్న బేసిన్‌పైన మరో బేసిన్‌లో వాటర్ నింపుకుంటే.. వాటర్ మరిగి.. ఆవిరిగా మారి అందులోని ఆహారాన్ని ఉడికిస్తుంది. ఇందులో రెండు గ్రిల్స్ ఒకదానిపైన మరొకటి అమర్చుకోవచ్చు. వాటిపై రుచికరమైన ఆహారాన్ని తయారు చేసుకోవచ్చు. పైగా ఈ గ్రిల్స్‌ని శుభ్రం చేసుకోవడం కూడా ఈజీనే.





ధర
88 డాలర్లు
(రూ.5,646)



• స్నాక్ సెంటర్

ఇన్‌స్టంట్ బ్రెడ్ ఇడ్లీ...

కావల్సినవి: బ్రెడ్ ముక్కలు – 4, ఇడ్లీ రవ్వ – 1 కప్పు, ఉప్పు – తగినంత, పెరుగు – 1 కప్పు, నీళ్లు – ఒకటిన్నర కప్పు, బేకింగ్‌సోడా – చిటికెడు, నూనె – సరిపడా

తయారీ: ముందుగా బ్రెడ్ ముక్కల అంచులను తొలగించి, మిక్సీలో వేసి గ్రైండ్ చేసుకోవాలి. ఇప్పుడు ఆ బ్రెడ్‌పొడిని ఓ బౌల్‌లోకి తీసుకోవాలి. ఇప్పుడు ఇడ్లీ రవ్వ, ఉప్పు, పెరుగు వేసి బాగా కలుపుకోవాలి. తర్వాత నీళ్లు పోసి కలపాలి. మిశ్రమం మరీ చిక్కగా అనిపిస్తే... మరికొన్ని నీళ్లు పోసుకొని కలుపుకోవచ్చు. ఇప్పుడు మిశ్రమాన్ని ఓ 20 నిమిషాల పాటు పక్కకు పెట్టుకోవాలి. ఆపైన అందులో బేకింగ్ సోడా కలుపుకొని పక్కన పెట్టుకోవాలి. తర్వాత ఇడ్లీ ప్లేట్లకు నూనె రాసి, అందులో బ్రెడ్ మిశ్రమాన్ని పెట్టుకోవాలి. ఆ ప్లేట్లను ఇడ్లీ కుక్కర్‌లో పెట్టి 10 నిమిషాల పాటు ఉడికించుకోవాలి. తర్వాత వేడివేడి బ్రెడ్ ఇడ్లీలను కొబ్బరి చట్నీ లేదా సాంబార్‌తో సర్వ్ చేసుకోవాలి.

సేకరణ: **నిఖిత నెల్లుట్ల**

మిల్క్‌పౌడర్ బర్ఫీ

కావల్సినవి: పాలు – ముప్పావు కప్పు, పాలపొడి – రెండున్నర కప్పులు, నెయ్యి – పావు కప్పు, చక్కెర – అర కప్పు, యాలకుల పొడి – పావు టీ స్పూన్, తరిగిన బాదం గింజలు – 2 టేబుల్ స్పూన్లు, తరిగిన పిస్తా గింజలు – 2 టేబుల్ స్పూన్లు

తయారీ: ముందుగా స్టవ్‌పై పాన్ పెట్టి, అందులో నెయ్యి వేయాలి. ఆపైన పాలు పోసి వేడి చేయాలి. ఇప్పుడు పాలపొడి కూడా వేసి బాగా కలపాలి. తర్వాత చక్కెర, యాలకుల పొడి కూడా వేసి కలుపుకోవాలి. మిశ్రమం ఉండలు కట్టకుండా మధ్యమధ్యలో కలపాలి. మిశ్రమం బాగా చిక్కపడే వరకు కలుపుతూనే ఉండాలి. మరీ గట్టిగా కాకుండా చూసుకోవాలి. ఇప్పుడు ఆ మిశ్రమాన్ని ఓ ప్లేట్‌లోకి తీసుకోవాలి. దానిపై బాదం, పిస్తా పలుకులను చల్లుకోవాలి. ఓ రెండు గంటల తర్వాత, ఈ మిశ్రమాన్ని ముక్కలుగా కట్ చేసుకోవాలి. గాలి దూరని డబ్బాలో పెట్టుకుంటే.. ఈ బర్ఫీలు చాలా రోజుల వరకు తాజాగా ఉంటాయి.





పెసరపప్పు పనియారం

కావల్సినవి: పెసర పప్పు – 1 కప్పు, తరిగిన ఉల్లిపాయలు – పావు కప్పు. తరిగిన పచ్చిమిర్చి – 2 టీ స్పూన్లు, అల్లం పేస్ట్ – 1 టీ స్పూన్, వెల్లుల్లి పేస్ట్ – పావు టీ స్పూన్, జీలకర్ర – 1 టీ స్పూన్, కొత్తిమీర తరుగు – పావు కప్పు, ఉప్పు – తగినంత, నూనె – సరిపడా

తయారీ: ముందుగా పెసర పప్పును 5–6 గంటలు నానబెట్టుకోవాలి. తర్వాత పెసర పప్పులో జీలకర్ర వేసి మిక్సీలో గ్రైండ్ చేసుకోవాలి. ఇప్పుడు అందులో తరిగిన ఉల్లిపాయలు, పచ్చిమిర్చి ముక్కలు, అల్లం పేస్ట్, వెల్లుల్లి పేస్ట్, కొత్తిమీర, ఉప్పు వేసి బాగా కలుపుకోవాలి. ఇప్పుడు పనియారాల (పొంగణాలు) ప్లేట్‌ను స్టవ్‌పై పెట్టి, అందులో నూనె వేసుకోవాలి. తర్వాత ఆ గుంటల్లో పెసరపప్పు మిశ్రమాన్ని పెట్టి, మూత పెట్టుకోవాలి. ఓవైపు పూర్తిగా ఫ్రై అయ్యాక, పనియారాలను మరోవైపుకు తిప్పుకోవాలి. అలా ఇరువైపులా ఫ్రై అయ్యాక దింపేయాలి. వేడివేడిగా ఏదైనా చట్నీ లేదా సాస్‌తో సర్వ్ చేసుకోవచ్చు. పెసరట్టును ఇష్టపడేవారు వీటిని కూడా ఇష్టంగా తింటారు.





సైడ్ ఫ్రెంచ్ బ్రెయిడ్ బన్

ఇది సైడ్ ఫ్రెంచ్ బ్రెయిడ్ బన్. ఈ హెయిర్ స్టయిల్ ఇటు కొప్పుగానూ.. అటు అల్లికలతో జడలానూ అనిపిస్తుంది. ఇది సాధారణంగా అన్నిరకాల డ్రెస్సుల మీదకూ నప్పుతుంది. దీన్ని వేసుకోవడానికి జుత్తు మరీ ఒత్తుగా ఉండాల్సిన పని లేదు. అంతేకాదు, ఈ హెయిర్ స్టయిల్‌ను చాలా సులువుగా వేసుకోవచ్చు.. ఎలాంటి పార్టీలకైనా దీన్ని హ్యాపీగా వేసుకోవచ్చు. మరెందుకు ఆలస్యం.. వెంటనే ట్రై చేసి చూడండి. ఎలా అంటారా..? కింద చెప్పిన విధంగా ఫాలో అవుతూ వెళ్లండి.

1 ముందుగా జుత్తునంతా చిక్కులు లేకుండా దువ్వుకోవాలి. తర్వాత పాపిటను ఎడమవైపునకు తీసి, కుడివైపునున్న జుత్తును మూడు పాయలుగా చేసుకోవాలి.

2 ఇప్పుడు ఆ మూడు పాయలతో జుత్తును అల్లుకోవాలి. ఒక అల్లిక తర్వాత ఆ మూడు పాయలను రెండుగా చేసుకొని, మూడో పాయను ఎడమవైపు నుంచి తీసుకోవాలి.

3 పైన చెప్పిన విధంగా ఎడమవైపు (పాపిటకు కుడివైపునున్న జుత్తులో) నుంచి ఒక్కో పాయను తీసుకుంటూ... అల్లికల్లో కలుపుకోవాలి.

4 ఇప్పుడు అల్లుకు వస్తున్న పాయలను రెండుగా... ఎడమవైపునకు జుత్తునంతా మూడోపాయగా చేసుకొని అల్లుకోవాలి (కావాలంటే... ఎడమవైపున్న జుత్తును కుడివైపున్న ఫ్రెంచ్ జడలో కలుపుకోవచ్చు).

5 పైన చెప్పుకున్న అల్లికనే కుడివైపు నుంచి ఎడమవైపుకు వచ్చేలా అల్లుకోవాలి.

6 తర్వాత జడను పూర్తిగా అల్లుకున్నాక, చివరికి ఓ రబ్బర్‌బ్యాండ్ పెట్టుకోవాలి. ఇప్పుడు ఆ జడను గుండ్రంగా చుట్టుకోవడం మొదలెట్టాలి.

7 ఇప్పుడు కొప్పుగా రావడానికి జడను మరోసారి చుట్టాలి. చివర్లు కనిపించకుండా, కొప్పు వదులుకాకుండా స్లైడ్స్ పెట్టుకోవాలి.

8 అంతా అయిపోయాక, హెయిర్‌స్ప్రే చేసుకోవాలి. ఎంతో అందంగా కనిపించే హెయిర్ స్టయిల్ మీ సొంతం.

ఈవెనింగ్ పార్టీలకు ఈ లాంగ్ ఫ్రాక్ బాగా సూట్ అవుతుంది. వెస్ట్రన్ వేర్, జార్జెట్ ఫ్యాబ్రిక్ కావడంతో శరీర కొలతకు తగ్గట్టుగా ఉంటేనే చూడ్డానికి బాగుంటుంది. అయితే, ఇలాంటి డ్రెస్ రెడీమేడ్ తీసుకుంటే బెటర్ అనుకుంటారు. కానీ, సరైన కొలతలతో స్వయంగా సిద్ధం చేసుకుంటే కరెక్ట్ ఫిట్‌తో వస్తుంది. నవతరం అమ్మాయిలు అమితంగా ఇష్టపడే ఈ లాంగ్ గౌన్ డ్రాఫ్టింగ్ ఈ వారం.

లాంగ్ ఫ్రాక్

ఇంచులలో కొలతలు...

బస్ట్ సైజ్ అంగుళాల్లో	32	34	36	38	40	42
అప్పర్ బస్ట్	32	33	35	37	39	41
ఛాతీ చుట్టుకొలత	33	35	36	38	40	42
నడుం చుట్టుకొలత	15	15	16	16	17	17
బిలో బస్ట్	26	27	30	32	34	37
హిప్ లెంగ్త్	20	20	20	21	21	21
హిప్	33	34	38	40	42	45
షోల్డర్	11	12	12	13	13	14
ఆర్మ్‌హోల్ చుట్టుకొలత	14	15	15	16	17	17

తేజస్విని, డిజైనర్

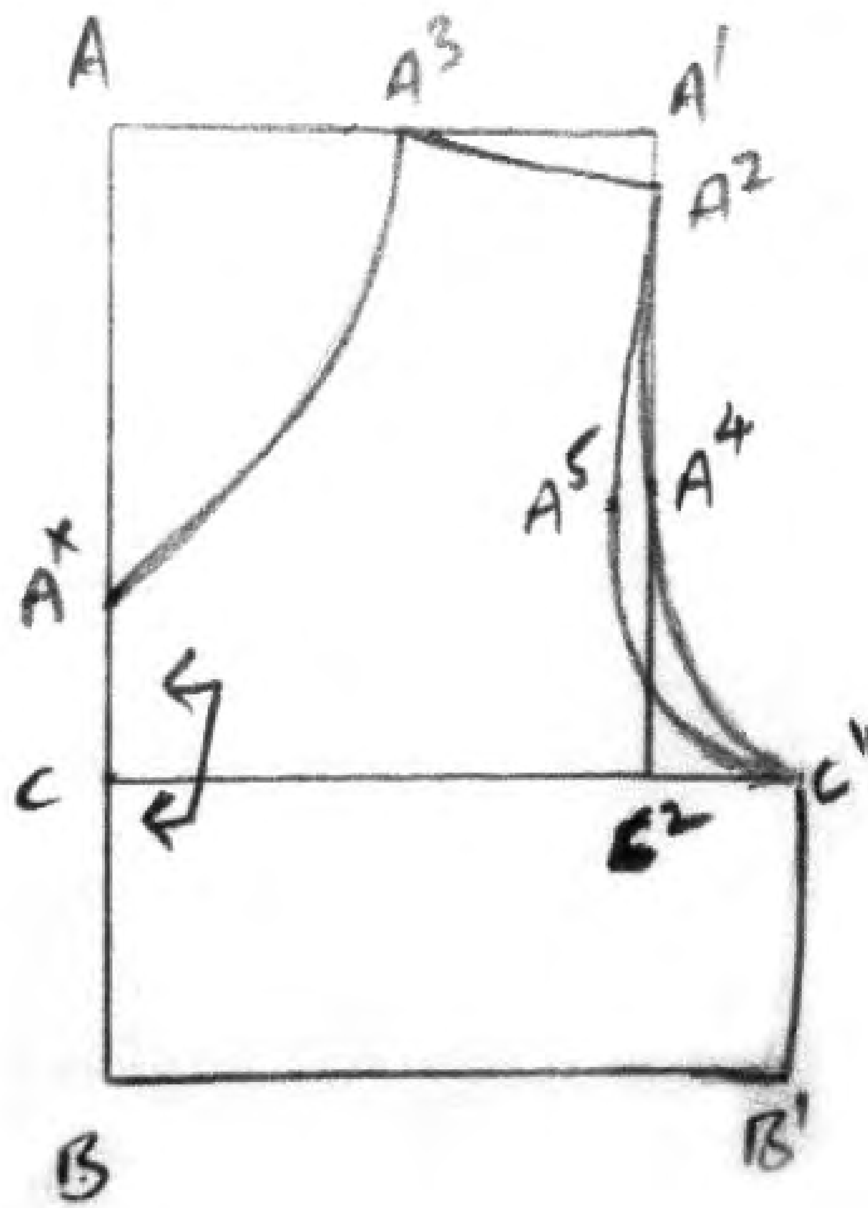
నిర్వహణ: ఎన్.ఆర్

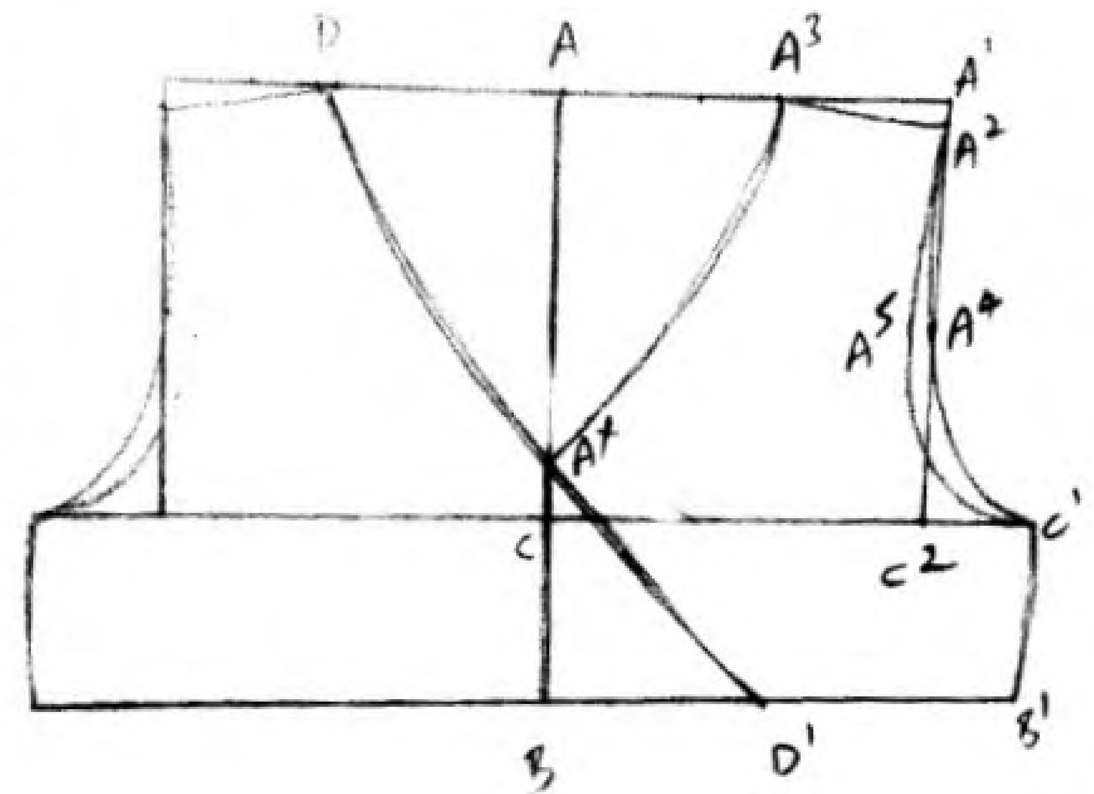


కర్టెసీ: ఇన్‌స్టిట్యూట్ ఆఫ్ డిజైన్ ఇన్నోవేషన్ (ఐడిఐ), హైదరాబాద్ www.idi.co.in

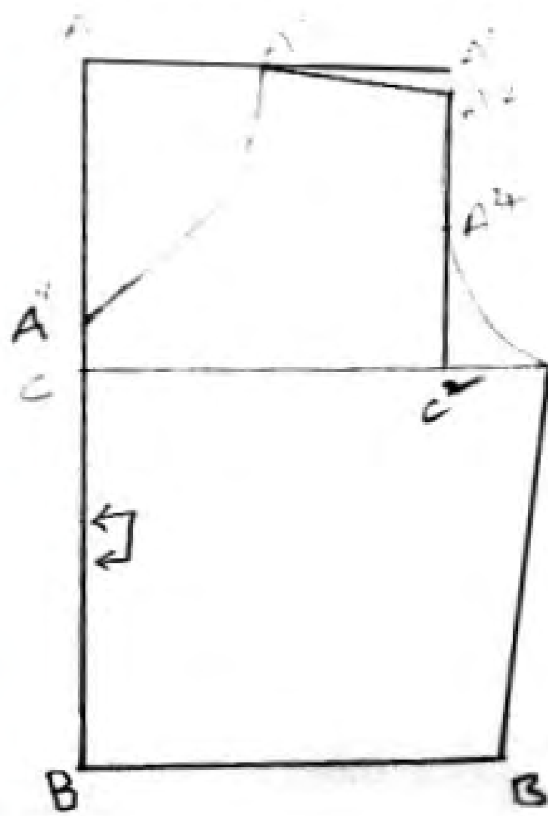
ఫ్రంట్ బాడీ డ్రాఫ్టింగ్

- AB = క్లాత్ పొడవు 10 అంగుళాలు
- AC = ఆర్మ్‌హోల్ కొలత/2
- CC1= BB1= ఛాతీ చుట్టు కొలత/4
- A1 నుంచి కిందుగా C2 వరకు నిలువుగా స్ట్రెయిట్ లైన్ తీసుకోవాలి.
- A1 నుంచి అరంగుళం కిందుగా A2 షోల్డర్ స్లాప్ లైన్ మార్క్ చేయాలి.
- A4 = A2 – C2కి మధ్యబిందువు
- A5 = A4కి అరంగుళం లోపలివైపు
- ఇలస్ట్రేషన్‌లో చూపించినట్లుగా A2 A4 C1 లను, A2 A5 C1 లను కలిపితే ఆర్మ్‌హోల్ వంపు భాగం అవుతుంది.
- A3 AX = ఫ్రంట్ నెక్ డెప్త్
- BB1 ఛాతీ కింది చుట్టు కొలత/4





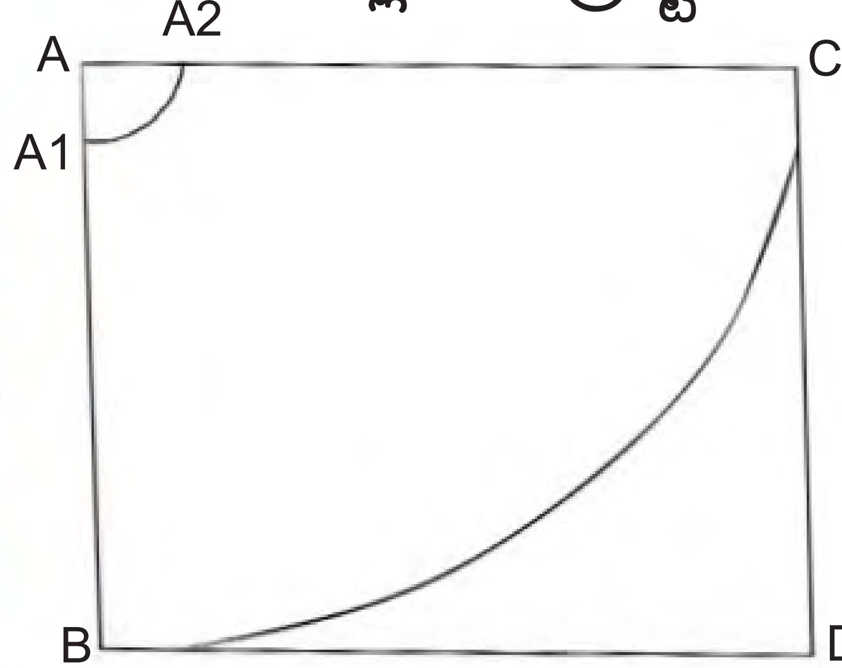
- డ్రాఫ్టింగ్ 1 లో చూపించిన విధంగా మార్క్ చేసి, కట్ చేసి ప్యాటర్న్ తయారు చేసుకోవాలి. డ్రాఫ్టింగ్‌ను ఓపెన్ చేస్తే పై విధంగా వస్తుంది. అప్పుడు ముందు నెక్ నుంచి ఛాతీ భాగం వరకు మరొక లైన్ క్రాస్‌గా డ్రాఫ్ట్ చేసుకోవాలి. కుడి భుజం నెక్ లైన్ D నుంచి AXను కలుపుతూ D1 వరకు మార్క్ చేయాలి.



బ్యాక్ బాడీ డ్రాఫ్టింగ్

- AB = నడుం పొడవు • AC = ఆర్మ్‌హోల్ చుట్టుకొలత /2
- AA1 = భుజ భాగం /2 • CC1 = ఛాతీ పై కొలత/4
- BB1 = ఛాతీ కింది కొలత (నడుము చుట్టూ)/4
- A1 నుంచి అర అంగుళం కిందుగా A2 షోల్డర్ స్లోప్ మార్క్ చేయాలి. ఇది A2 నుంచి A3 మార్క్ చేయాలి.
- A A3 = నెక్‌విడ్త్/2 • A2 – C2 లైన్ మధ్య డాట్ A4
- A2 A4 C1 ఆర్మ్ హోల్ వంపు భాగం అవుతుంది.
- A3 AX = బ్యాక్ నెక్ డెప్త్

ఫ్లెయిర్ డ్రాఫ్ట్

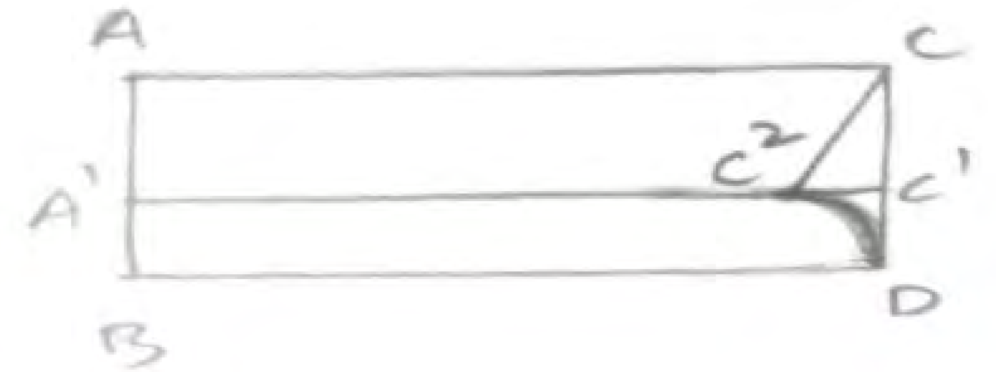


- A B C D = 40 అంగుళాల క్లాత్
- A A1 = A A2 = 5 అంగుళాల కిందుగా డ్రా చేయాలి.
- A1 A2 అర అంగుళం వంపు భాగం తీసుకొని డ్రాఫ్ట్ చేయాలి.
- A1B = A2C = ఫ్లెయిర్ లెంగ్త్

కాలర్ పార్ట్

- AB = CD కాలర్ + బ్యాండ్ లెంగ్త్ (ఒక అంగుళం)
- AC = నెక్ చుట్టుకొలత
- A-B మధ్య (రెండంగుళాలు ఉండేలా చూసుకోవాలి) A1 నుంచి C1వరకు స్ట్రెయిట్ లైన్ గీయాలి.
- CC1 – C2 వరకు లోపలికి 3/4 అంగుళం మార్క్ చేయాలి.

నోట్: చార్ట్ మీద ఈ డ్రాఫ్టింగ్‌ను పూర్తి చేసుకున్నాక కట్ చేయాలి. కట్ చేసిన డ్రాఫ్ట్ నమూనాను ఎంపిక చేసుకున్న క్లాత్ మీద పెట్టి, ఒకటిన్నర అంగుళం క్లాత్ స్టిచ్చింగ్ (కుట్టు)కు వదిలిపెట్టి కట్ చేసుకోవాలి. గీసుకున్న డ్రాఫ్ట్ మీదుగా కుట్టు వేయాలి.



మలబారు తీరంలో మోప్లా తిరుగుబాటు, విశాఖ మన్యంలో రామరాజు తిరుగుబాటు మద్రాసు ప్రెసిడెన్సీ ఖజానాని గుల్ల చేస్తున్నాయి.

అందుకే ఈ కఠిన నిర్ణయం. చినుకు పడేలోపున ఉద్యమం అణిగిపోవాలి.

'ఏమిటో ఈ రూథర్‌ఫర్డ్ ఘనత? మొదటిగా ముఖం చిట్లించినవాడు మేజర్ గూడాల్. మించాలపాడు సత్యాగ్రహంలో కన్నెగంటి హనుమంతును తుదముట్టించడమే ఇతడి ఘనత. గుంటూరు ప్రాంతంలో ఆ చిట్టడివి ప్రాంతంలో ఒక ఉద్యమాన్ని అణచినందుకే వీడికి ఇంత మిడిసిపాటు ఉంటే, గ్రేట్‌వార్‌కి వెళ్లి వచ్చినవాడిని నాకెంత ఉండాలి? అనిపించింది గూడాల్‌కి.

4

గూడెం డిప్యూటీ తహసీల్దారు- రెవెన్యూ శాఖలో చిన్న ఉద్యోగం. మారుమూల కొండకోనలలో పని. ఆ ఉద్యోగి గురించి మద్రాస్ లెజిస్లేటివ్ కౌన్సిల్‌లో ప్రశ్న వచ్చింది.

1924 ఏప్రిల్ నెలాఖరు...ఆ రోజు మన్యం పోరు గురించి కౌన్సిల్‌లో మళ్లీ చర్చ జరిగింది.

రాజగోపాల ఆచార్య స్థానంలో కొత్తగా వచ్చిన సభాపతి ఎల్.డి. స్వామికన్ను పిళ్లై పిలిచాడు, ''మిస్టర్ కట్టమంచి రామలింగారెడ్డి''

జస్టిస్ పార్టీ సభ్యుడే రామలింగారెడ్డి. లేచి, ఈ ప్రశ్నలు వేశారు.

''అధ్యక్షా!

ఎ. తిరుగుబాటుకు ఉన్న కారణాల గురించి ప్రభుత్వం చేస్తున్న దర్యాప్తు ఒక కొలిక్కి వచ్చిందా?

బి. బాస్టియన్‌కు సంబంధించి ఎలాంటి ఆదేశాలు జారీ చేశారు? గిరిజనుల స్వేచ్ఛా జీవితం, పోడు వ్యవసాయం, బయటి వ్యక్తులు పెడుతున్న హింస గురించి ప్రభుత్వానికి ఎరుక ఉందా? ''

ఈ ప్రశ్నల ఆధారంగానే, మన్యం అలజడి వెనుక కారణాల గురించి చర్చించాలని కౌన్సిల్ అభిప్రాయపడింది. అంటే మన్యం అలజడికి బాస్టియన్ నిర్వాకాలే కారణమంటూ హెపెల్ నివేదిక చెప్పిన విషయాన్ని లెజిస్లేటివ్ కౌన్సిల్ కూడా ఆమోదించినట్టే.

నర్సీపట్నం శివార్లలో ఉంది బాస్టియన్ కట్టిన భవనం. సువిశాలమైన ప్రాంగణంలో కట్టాడు.

ఆ భవంతి కట్టడానికి 3000 రూపాయలు మాత్రమే ఖర్చయిందని బాస్టియన్ చెప్పుకున్నాడు.

అలాంటి భవంతిని నిర్మించాలంటే పాతిక వేల రూపాయలు వరకు ఖర్చవుతుందని శాసనోల్లంఘన కార్యకర్తలు దుష్ప్రచారం చేస్తున్నారని బాస్టియన్ మండిపడుతున్నాడు కూడా.

కట్టమంచి తరువాత చింతలపాటి వెంకట నరసింహరాజు లేచి మరో ప్రశ్న వేశారు.

''నిరాయుధులైన పోలీసులు, సబిన్‌స్పెక్టర్‌లను తిరుగుబాటుదారులు ఎలా బంధించగలిగారు? ప్రజలకు తిరుగుబాటుదారులు ఎలాంటి హానీ చేయలేదు. పోలీసుల మీద ఎవరు దాడులు చేశారు? పోలీసుల బియ్యం వగైరా ఎవరు ఎత్తుకు పోయారు?''

జవాబు ఇవ్వలేకపోయింది దొరతనం.

ఆయన మన్య విప్లవ పక్షపాతి అని ప్రభుత్వానికి పూర్తిగా తెలుసు. విశాఖ జిల్లా బోర్డు సభ్యునిగా కూడా బాధ్యతలు నిర్వహిస్తున్న నరసింహరాజుని మన్యం ఉద్యమంతో సంబంధం కల్పించి ఇరికించాలని దొరతనం ఎప్పటి నుంచో కాచుకుని ఉంది. కానీ సాధ్యం కావడం లేదు.

తన ఉపన్యాసంలో ఇలా అన్నారాయన.

''మద్రాసు రాష్ట్ర పోలీసు శాఖనంతటినీ మన్యంలో దింపారు. రెండున్నర సంవత్సరాలవుతోంది. ఉద్యమాన్ని అణచలేకపోయారు. ఏడు వందలకు పైగా పోలీసులా? ముప్పయ్ మంది అధికారులా? పదమూడు లక్షల రూపాయలు ఖర్చా? అయినా ఏం సాధించారు? పోలీసులకి కొండలలోకి పోయే ధైర్యమే లేదు. విప్లవకారుల గాలింపు పేరుతో చిట్టడవుల్లో తిరుగుతున్నారు.''

హోంశాఖ సభ్యుడు కల్నల్ నాప్ ఉరిమినట్టు చూశాడు.

ఏమైనా ఉద్యమాన్ని ఎంత తొందరగా వీలైతే అంత తొందరగా అణచివేయడానికి ప్రభుత్వం నడుం బిగించాలంటూ కట్టమంచి రామలింగారెడ్డితో పాటు అధిక సంఖ్యలో సభ్యులు చెప్పారు.

5

తునిలో ప్రధాన రహదారి పక్కనే ఉంది ఆ ఖద్దరు దుకాణం. మిట్ట మధ్యాహ్నం. లోపల ఆ ఇద్దరే ఉన్నారు. ఒకరు పణతుల చిదంబరం, రెండోవారు రాళ్లపల్లి కాశన్న. చిదంబరం దుకాణం యజమాని. కాశన్న ఖద్దరు కొనడానికి వచ్చినవాడు కాదు. కాంగ్రెస్ కార్యకర్త.

''ఇప్పుడు అందచేయగలమా?'' అన్నాడు పణతుల చిదంబరం, సందేహంగా.

''పేరిచర్ల సూర్యనారాయణరాజుగారు జైలు నుంచి కబురు చేశారంటే వినవేమి?'' అన్నాడు కాశన్న.

చిదంబరం అసలు ఊరు చినజగ్గంపేట. గాంధీగారి పిలుపుతో ఇక్కడ ఖద్దరు అమ్ముతున్నాడు.

మన్యంలో ఉద్యమం ప్రారంభం కావడానికి ముందే కృష్ణదేవిపేటలో రామరాజుని కలిశాడు కాశన్న.

ఊరు తుని అయినా, అల్లిపూడి కరణీకం చేసేవాడు. గాంధీగారి పిలుపునందుకుని ఆ పదవి వదిలేశాడు.

వ్యవసాయదారుడైన చిదంబరం గాంధీగారి మీద భక్తితోనే ఖద్దరు అమ్మకం మొదలుపెట్టాడు.

కానీ శ్రీరామరాజంటే భక్తి. ఆయన్ని కలుసుకోవాలని అతడి చిరకాల వాంఛ.

మొదటిసారి 1923 ఏప్రిల్ ఏడో తేదీన ఈ ఇద్దరే కలిసి వెళ్లి నర్సీపట్నం తాలూకాలో అడాకుల దగ్గర నాలుగు నిక్కర్లు, నాలుగు చొక్కాలు అందచేసి వచ్చారు శ్రీరామరాజుకి. అప్పుడే



● డా. గోపరాజు నారాయణరావు

రామరాజు మరో రెండు వందల రూపాయలు ఇచ్చి, తొమ్మిది జతలు తమ దళ సభ్యుల కోసం తీసుకురావలసిందని కోరాడు.

ఆరునూరైనా తెచ్చి పెడతామని ప్రతిజ్ఞ చేశారు ఇద్దరు.

కానీ తరువాత పరిస్థితులు క్లిష్టంగా తయారయ్యాయి.

అందుకే పేరిచర్ల సూర్యనారాయణరాజుగారి సన్నిహితుడు పెన్మత్స సుబ్బరాజుగారికి చెప్పి చినజగ్గంపేటకే రామరాజు వచ్చే ఏర్పాటు చేయించాడు చిదంబరం. రామరాజుకి ఆతిథ్యం ఇవ్వడానికి వీలుగా తన మామిడితోటలోకి రావలసిందిగా కబురు చేయించాడు.

ఏప్రిల్ 24వ తేదీ 1924. అర్ధరాత్రి పదకొండు గంటల ప్రాంతం.

మంచి కాపుతో ఉన్న మామిడితోట వెన్నెల్లో మరీ అందంగా ఉంది. తోటకి కాపలా పెట్టిన మనిషిని కూడా పంపేశాడు చిదంబరం.

అనుకున్నట్టే రామరాజు వచ్చాడు. వెంట నలుగురు ఉన్నారు. మొదట క్షేమసమాచారాలు అడిగాడాయన.

‘‘ఏమిటి విశేషాలు?’’ చిరునవ్వుతో అడిగాడు రామరాజు, ఒక మామిడి చెట్టు కింద వేసిన తాటాకు చాప మీద కూర్చుంటూ.

‘‘తెలిసే ఉంటుంది! ఫిబ్రవరి 5న గాంధీగారిని ఎరవాడ జైలు నుంచి వదిలిపెట్టారు.’’ చెప్పాడు కాశన్న.

‘‘విన్నాను. చాలా సంతోషించాను. మళ్లీ దేశమంతా కదులుతుందన్న ఆశ కనిపిస్తోంది.’’ అన్నాడు రామరాజు. జేబులో నుంచి గడియారం తీసుకుని లాంతరు దగ్గర పెట్టి చూశాడు రామరాజు. తాను వచ్చి గంట అయింది.

చిదంబరం కంచాలలో పెట్టి భక్తిగా ఇచ్చిన మామిడిపళ్ల ముక్కలు అంతా తిన్నారు. మజ్జిగ తాగారు.

తరువాత బట్టలు, కొంతపైకం అందచేశారు కాశన్న, చిదంబరం. కొద్ది నిమిషాలు మాత్రం ఉండి, వెళ్లిపోయారంతా.

చిదంబరం, కాశన్న ఊపిరి పీల్చుకున్నారు. అర్ధరాత్రి వేళ మామిడితోట నుంచి మిత్రుడిని తన ఇంటికే తీసుకుని వచ్చాడు చిదంబరం, చినజగ్గంపేటలో.

ఒక గంట గడిచింది. అంతే. బయట ఒక్కసారిగా అలజడి. వెంటనే తలుపు చప్పుడయింది.

భయపడుతూనే వెళ్లి తలుపు తీశాడు చిదంబరం.

ఒక్కసారిగా లోపలికి దూసుకొచ్చి చిదంబరం చొక్కా పట్టుకున్నాడు సత్యానంద పట్నాయక్., సీఐడీ.పట్నాయక్‌తోనే వచ్చిన మరో సీఐడీ గణేశ్వరరావు లోపలికి వెళ్లి కాశన్నని పట్టుకుని తీసుకువచ్చాడు. బయట నిలబడి ఉన్న పోలీసులకి అప్పగించారు ఇద్దరినీ.

అదే ఇంటి అరుగు మీద చతికిల పడుతూ అన్నాడు గణేశ్వరరావు, ‘‘మళ్లీ చిటికెలో తప్పించుకున్నాడు. కొంచెం ముందొచ్చి ఉంటే దొరికేవాడే.’’

‘‘ఎవరు?’’ తాపీగా, ఒకింత వ్యంగ్యంగా అన్నాడు పట్నాయక్.

‘‘ఇంకెవరు? రామరాజే!’’ అన్నాడు గణేశ్వరరావు.

‘‘ఒరేయ్ గణేశ్వరరావు! నేను పెద్ద ఇంటెలిజెన్స్ ఆఫీసర్ని కాదు. కానీ నేను చూసిన జనాన్ని బట్టి, నాకు ఎదురైన అనుభవాలని బట్టి ఒక్కటి చెబుతున్నాను. మనం పట్టుకోవాలనుకున్నప్పుడు ఆయన దొరకడు.’’ పాత చనువుతో నిర్మొహమాటంగా చెప్పాడు పట్నాయక్.

‘‘మరి...ఎలా దొరుకుతాడు?’’ అడిగాడు గణేశ్వరరావు.

‘‘చెప్పనా! దొరికిపోవాలని ఆయన అనుకున్న క్షణంలోనే దొరుకుతాడు.’’ స్థిరంగా అన్నాడు పట్నాయక్.

రామరాజుని పట్టిచ్చిన వారికి ఇచ్చే బహుమతిని పదివేల రూపాయలకు పెంచాడు రూథర్‌ఫర్డ్. పది వేల రూపాయలు... పదివేల రూపాయలు... అక్షరాలా పదివేల రూపాయలు.....

6

ఎండవేడి. బుగులు బుగులు మంటోంది మన్యం. పచ్చదనం వదులుకుంటోంది వృక్షాళి.

చరిత్ర ఎరుగని తీరులో పన్నెండువందల మంది పోలీసులు మన్యమంతా కదం తొక్కుతున్నారు.మరో రెండు వందల మంది అస్సాం రైఫిల్స్ సిద్ధమయ్యారు. ఏప్రిల్ 20న యాభయ్ మంది దిగారు. వారం గడిచేసరికి మరో యాభయ్ మంది వచ్చారు.

వీటన్నిటికీ పరాకాష్ట – రామరాజుని పట్టిచ్చిన వారికి ఇచ్చే బహుమతిని పదివేల రూపాయలకు పెంచాడు రూథర్‌ఫర్డ్. పది వేల రూపాయలు... పదివేల రూపాయలు... అక్షరాలా పదివేల రూపాయలు.....

గంతన్న, బొంకుల మోది, గోకిరి ఎర్రేసు, మొట్టడం బుడ్డయ్యదొర, ఎండుపడాలు, సంకోజు ముక్కడు, అగ్గిరాజు– క్షమించరాని నేరగాళ్లని ప్రకటించింది దొరతనం.

ఏజెన్సీ ప్రాంతం నుంచి బహిష్కరించిన వారి కోసం యాభయ్ ఐదు వారెంట్లు.

కొండదళం సభ్యుల బంధువుల కోసం మరో ఎనభయ్ రెండు వారెంట్లు.

7

ఆ ఘోరం హఠాత్తుగా మన్యవాసులకి తెలిసింది. అయినా నోరు మెదపలేకపోయారు. చిన్నబరడ, పెద్దబరడ గ్రామాల ఆడవాళ్ల మీద అస్సాం రైఫిల్స్ వాళ్లు సామూహిక అత్యాచారాలు చేశారు. పోలీసులు, అస్సాం రైఫిల్స్ దళాలు రోజులు తరబడి లైంగిక అత్యాచారాలకు పాల్పడిన సంగతి విని కొండదళం సభ్యుల రక్తం ఉడికిపోయింది. పోలీసుల మీద కక్ష పెరిగిపోతోంది. రామరాజు పెట్టిన భారతీయులను చంపరాదన్న సిద్ధాంతం మీద నమ్మకం సడలిపోతోంది.

ఇంతకీ నెలరోజుల పాటు ఆ స్త్రీల శరీరాల మీద సాగిన ఆ వికృత కాండ ఫలితాలు ఎలా ఉంటాయి?

వారిలో ఎందరు గర్భవతులవుతారో! ఎందరు జరిగిన అవమానాన్ని తట్టుకోలేక తనువులు చాలిస్తారో! అసలు మన్యం మీద ఆ మరక ఎప్పటికి చెరుగుతుందో!

8

నర్సీపట్నం సర్కిల్ ఇన్‌స్పెక్టర్ రాధాకృష్ణనాయుడు ముందు నడుస్తూ ఉంటే, వెనకాలే వెళుతున్నాడు భాస్కరుడు. నర్సీపట్నం డీఎస్పీ కార్యాలయంలో స్పెషల్ కమిషనర్ రూథర్‌ఫర్డ్ కోసం కేటాయించిన గది దగ్గరకి నడుస్తున్నారు ఇద్దరు. భాస్కరుడిని రూథర్‌ఫర్డే పిలిపించాడు, ఆగమేఘాల మీద.

గది వెలుపల వదిలి ఒక్కడే లోపలికి వెళ్లాడు సర్కిల్ ఇన్‌స్పెక్టర్, సంగతి చెప్పడానికి.

రెండు నిమిషాల తరువాత వచ్చి ‘రూథర్‌ఫర్డ్ దొరవారు రమ్మన్నారు!’ అన్నాడు సీఐ.

విశాలమైన గది. అందులో పైన పొడవాటి గుడ్డ పంకా ఆడుతోంది. పెద్ద మేజా బల్ల. దాని వెనుక కుర్చీ. చాలా గంభీరంగా ఉన్నాడు రూథర్‌ఫర్డ్. నల్లటి సూట్ వేసుకున్నాడు. నోటిలో పైప్.

‘‘నమస్కారం దొరవారు!’’ చేతులు జోడించి అన్నాడు భాస్కరుడు.

‘‘నమస్కారం! నీవు వెళ్లవచ్చు!’’ వెంట వెంటనే అన్నాడు ఆ రెండు మాటలు– ఒకటి భాస్కరుడి కోసం, రెండోది సీఐకి ఆదేశం.

సెల్యూట్ చేసి వెళ్లిపోయాడు రాధాకృష్ణనాయుడు.

దర్పంతో కూడిన మర్యాద ఉట్టిపడుతోంది అణువణువునా.

కళ్లతోనే సైగ చేశాడు ఎదురుగా ఉన్న కుర్చీలో కూర్చోమన్నట్టు.

ముడుచుకుపోయి కూర్చున్నాడు భాస్కరుడు. ఆ స్థాయి బ్రిటిష్ అధికారి ఎదుట మాట్లాడడం అదే మొదటిసారి.

గాఢంగా నిట్టూర్చి, ఏదో ఇంగ్లిష్‌లో అన్నాడు

మొదట. తరువాత తెలుగులోనే మాట్లాడాడు. దాని మీద ఇంగ్లిష్ యాస బలంగా కనిపిస్తోంది.

“మొన్న మీగ్రామంలో నేను ఏర్పాటు చేసిన సమావేశానికి మీరూ హాజరయ్యారు కదా!” సూటిగా అడిగాడు రూథర్‌ఫర్డ్.

“చిత్తం.” అత్యంత వినయంగా చెప్పాడు భాస్కరుడు. ఆ సమావేశంలో రూథర్‌ఫర్డ్ ఏం చెప్పాడో ఇప్పటికీ చెవుల్లో గింగురు మంటూనే ఉంది.

“నాకు నిన్ననే తెలిసింది. మీరు అల్లూరి శ్రీరామరాజుకు చాలా ముఖ్యులని వింటున్నాం. నిజమేనా?” అడిగాడు రూథర్‌ఫర్డ్.

“చిత్తం! వాస్తవమే దొరవారు. ఆయన్ని ఒక యోగిగా మన్నిస్తూ నేనూ, మా బంధువులూ, కొందరు మా గ్రామ పెద్దలూ ఆశ్రమం నిర్మించి ఇచ్చాం. ఇవన్నీ ఒక దైవభక్తి పరాయణునికి మేమంతా చేసిన సేవలు.” అన్నాడు భాస్కరుడు.

రామరాజు భోజనం చేయకపోవడం, తపస్సు, కుటుంబ విషయాలు అన్నీ తెలిసినట్టే అడిగాడు రూథర్‌ఫర్డ్. గ్రంథాలయాలు పెట్టడం, తాగుడుకు వ్యతిరేకంగా ప్రచారం చేయడం, పాఠశాల నడిపించడం, యాగం చేయించడం ఇవన్నీ భాస్కరుడు చెప్పాడు. తరువాత అన్నాడు, రూథర్‌ఫర్డ్. “శ్రీరామరాజు ఘనత వహించిన బ్రిటిష్ ప్రభుత్వము వారికి ఎందుకు ఎదురుతిరిగాడు?”

“అప్పటికి కూడా ఆయన మంచి దైవభక్తుడే. ఆ భావంతోనే వెళ్లొచ్చాం. మా అమ్మగారికి ఆయనంటే పుత్రవాత్సల్యం. రాజుగారి వల్ల గ్రామంలోనూ, చుట్టు పక్కలా కూడా తాగుడు వ్యసనం తగ్గింది. దొంగతనాలు తగ్గాయి. చదువు విలువ తెలిసింది.”

“అవి సరే, నా ప్రశ్న.... ఈ తిరుగుబాటు ఎందుకు ....!”

“చిత్తం. కొంతకాలం తర్వాత తిరుగుబాటు వార్త తెలిసింది. మా ఊరి పోలీస్ స్టేషన్ మీద కూడా కొండదళం దాడి చేసింది. మొదట నేను వెళ్లలేదు. కబురు పంపితే తర్వాత వెళ్లాను.”

“రామరాజు దగ్గర ఆయుధాలు లేవా?”

“లేకేం? ఉన్నాయి. ఆ రోజు. దండు సభ్యులు కూడా పోలీసు బట్టలలోనే ఉన్నారు.”

“ఆ తరువాత మళ్లీ రామరాజు మీకు ఎప్పుడూ కనిపించలేదా?”

“లేదు బాబు!”

“సరే, నీవు చెప్పినదే నమ్ముతున్నాను. మీరూ ఒక పని చేయండి. వెళ్లి రామరాజును కలుసుకోండి. అతడు ఎక్కడ ఉన్నా సరే, మీరు ఈ బాధ్యత తీసుకోవాలి. ఇది దొరతనం వారి అభిప్రాయం. ఈ గొడవలు వెంటనే ఆపమని చెప్పండి. వచ్చి నన్ను కలుసుకోమని చెప్పండి. అన్ని విషయాలు మాట్లాడతాను. అన్ని సమస్యలు తప్పక పరిష్కరిస్తాను. మరొక విషయము.

గదర్ విప్లవకారులు విశాఖ మన్యంలో ప్రవేశించారన్న మాట నర్సీపట్నం, తుని వంటి ప్రాంతాలలో గట్టిగా వినిపిస్తోందని గూఢచారులు సమాచారం తీసుకువచ్చారు. నమ్మకుండా ఉండలేకపోతున్నాయి సాయుధ బలగాలు. మన్యం మొత్తం తుపాకుల పహారాలోనే ఉంది.

“డిప్యూటీ తహసీల్దారుదొరవారికి రామరాజుగారి మీద ఆగ్రహం వచ్చింది. కూలీలకు డబ్బు చెల్లించడం లేదని ఎవడో చెప్పిన మాట పట్టుకుని నా మీద ఫిర్యాదు రాస్తావా అని రాజుగారి మీద కోపగించారు డిప్యూటీ తహసీల్దారు దొరవారు. జాగ్రత్త అని హెచ్చరించారట. రాజుగారి ఆశ్రమం కూడా తీయించి వేశారు.” చెప్పాడు భాస్కరుడు.

“అది నాకూ తెలిసింది. ఆ డిప్యూటీ తహసీల్దారునూ, ఓవర్సియర్‌నీ పనిష్ చేశాం. డిప్యూటీ తహసీల్దారు ఆస్తిని కూడా జప్తు చేస్తున్నాం. సరే, రామరాజుతో మీ బంధం ఎప్పటివరకు సజావుగా సాగింది?” ప్రశ్నించాడు రూథర్‌ఫర్డ్.

“కృష్ణదేవిపేట నుంచి పైడిపుట్టకు పంపేశారు. నేనూ, చాలామంది మా గ్రామస్థులు కూడా పైడిపుట్ట వెళ్లి కలసి వచ్చాం.....”

“మీ అందరకూ ఎందుకంత అభిమానం?” భాస్కరుడి మాట పూర్తికాకుండానే అడిగాడు రూథర్‌ఫర్డ్.

రామరాజుకు ఎలాంటి అగౌరవము జరగదు. మిస్టర్ భాస్కరనాయుడు! మీకు వారం రోజులు గడువు ఇస్తున్నాను. ఇవాళ మే నెల రెండో తేదీ, 1924. వారం గడువు. అంటే మే తొమ్మిదికి నాకు మీ నుంచి కబురు రావాలి. దొరతనం వారి తలనెప్పి తగ్గించే కబురుతోనే మీరు వస్తారని నేను నమ్ముతున్నాను. ఇది బాగా గుర్తు పెట్టుకోండి! నేను చెప్పినట్టు నడుచుకోండి. లేకపోతే పరిణామాలు చాలా తీవ్రంగా ఉంటాయి.” చాలా కరుకుగా చెప్పాడు రూథర్‌ఫర్డ్.

ఒక నిమిషం మౌనం.

“రాజుగారు దొరకకపోతే ఏమిటి సెలవు?” గుటకలు మింగుతూ అడిగాడు భాస్కరుడు.

మరింత కరుకుగా మారిపోయింది కలెక్టర్ గొంతు. “మీరు తలుచుకుంటే తప్పక దొరుకుతాడు. నాకు నచ్చని సమాధానాన్ని నేను భరించను. ఇంక మీరు వెళ్లవచ్చు.”

నమస్కరించి బయటకు వచ్చేశాడు భాస్కరుడు. మెదడు మొద్దుబారిపోయినట్టనిపిస్తోంది. గొంతు తడారిపోయినట్టుంది.

ఒక కానిస్టేబుల్ గుర్రం బండి మీద కృష్ణదేవిపేట తీసుకువచ్చి రామమందిరం దగ్గర దించాడు.

మందిరం మెట్ల మీద అలాగే కూలబడ్డాడు భాస్కరుడు. ఎవరు పలకరించినా పలకలేదు.

అర్ధరాత్రి వెతుక్కుంటూ వచ్చిన కొడుకులను గమనించి, అప్పుడు ఇంటికి వెళ్లాడాయన.

9

గాడ్పు వేళ అగ్నిప్రమాదం జరిగినట్టు మన్యం వేడికి ఆ కొత్త సమాచారం తోడైంది.

1922 నవంబర్‌లో రైలు నుంచి దూకేసిన పృథ్వీసింగ్ ఆజాద్ ఇప్పుడు మన్యం కొండలకే చేరుకున్నాడు! ఆయన సలహా సంప్రదింపులతోనే శ్రీరామరాజు ఉద్యమం నడుపుతున్నాడు!

పృథ్వీసింగ్ ఒక్కడే వచ్చాడా? గదర్ పార్టీ కార్యకర్తలని కూడా తీసుకొచ్చి రామరాజుకి అప్పగించాడా? తీసుకొస్తే వాళ్లు ఎంతమంది?

గదర్ విప్లవకారులు విశాఖ మన్యంలో ప్రవేశించారన్న మాట నర్సీపట్నం, తుని వంటి ప్రాంతాలలో గట్టిగా వినిపిస్తోందని గూఢచారులు సమాచారం తీసుకువచ్చారు.

నమ్మకుండా ఉండలేకపోతున్నాయి సాయుధ బలగాలు.

మన్యం మొత్తం తుపాకుల పహారాలోనే ఉంది. బయట వ్యక్తులు మన్యంలోకి వచ్చే అవకాశం లేదు. మన్యంలోని వారి బయటకు వెళ్లే సందూ లేదు. అంతగా బలగాలను మోహరించి ఉంచారు. మరోపక్క ఊళ్లు తగలబడిపోతున్నాయి. రక్త సంబంధం కూడా చూడకుండా ఉద్యమకారులని గిరిజనులే పట్టించి ఇస్తున్నారు.

కొన్నిచోట్ల ఉద్యమకారులే వచ్చి లొంగిపోతున్నారు. ఇక అరెస్టుల సంగతి చెప్పనక్కరలేదు.

10

మే 5, 1924

వేకువ వేళ... కిర్రాబు దగ్గరలోని కొండపల్లి గ్రామం నిలువునా తగలబడిపోతోంది.

తిండిగింజలు కూడా బయటకు తెచ్చుకోలేదు జనం. కట్టుబట్టలతో ఉన్నారు. అక్కడ అంతమంది పోలీసులు ఉన్నా ఆర్పే ప్రయత్నం చేయడం లేదు. అసలు పాకలకు నిప్పు పెట్టిందే పోలీసులు.

హఠాత్తుగా గ్రామం మీద పడిన పోలీసులు ప్రతి ఇంటికి వెళ్లి లోపల ఉన్న సామానంతా ఒకచోటకి తెచ్చి పడేసి నిప్పు పెట్టారు. తరువాత పాకలకి నిప్పంటించారు. చాలా గ్రామాలలో ఇలాగే జరుగుతోంది.

“ఇప్పుడొస్తాడు శ్రీరామరాజు!” కుమిలి కుమిలి ఏడుస్తున్న ఒక కొండ స్త్రీతో అంటున్నాడు ఇంటెలిజెన్స్ ఇన్‌స్పెక్టర్ ఉపేంద్ర పట్నాయక్.

చేతిలో 303 రైఫిల్‌తో కళ్లు చిట్లించుకుని చుట్టూ చూస్తున్నాడు.

(తరువాయి భాగం వచ్చేవారం)

• పాటతత్వం

పాడనా తెనుగు పాట...

చిత్రం: అమెరికా అమ్మాయి
రచన: దేవులపల్లి కృష్ణశాస్త్రి
సంగీతం: జి.కె. వెంకటేశ్
గానం: పి. సుశీల



సింగీతం శ్రీనివాసరావు
సినీ దర్శకులు

'అమెరికా అమ్మాయి' చిత్రంలోని 'పాడనా తెనుగుపాట' నాకు చాలా చాలా ఇష్టమైన పాట. అమెరికాలో ఉండే అమ్మాయి, మన దేశానికి వచ్చి, మన భాష, సంస్కృతి, సంగీతం, సంప్రదాయం నేర్చుకుంటుంది. ఒకసారి వేదిక మీద జరుగుతున్న ఒక కార్యక్రమంలో తెలుగువారు... పాశ్చాత్య పోకడలను అనుకరిస్తూ, వారి సంస్కృతిని కల్తీ చేసి నాట్యం చేస్తారు. 'ఇది కాదు మన సంస్కృతి' అని అమెరికా నుంచి వచ్చిన అమ్మాయి, తెలుగుదనం వెల్లివిరిసేలా పాడే పాట ఇది. తెలుగు సంస్కృతి సంప్రదాయాలను ఈ పాటలో చూపాలి. సందర్భానికి తగ్గట్టుగా దేవులపల్లి వారు రాసిన పాట ఇది. వారి పదాలలో తెలుగుదనం ఉట్టిపడుతుంది. అందుకే ఆయన చేత రాయించుకున్నాను. ఈ పాటకు జి. కె. వెంకటేశ్ సంగీతం సమకూర్చారు. ప్రముఖ వయొలిన్ విద్వాంసులు ఎల్.వైద్యనాథన్, ఇళయరాజా సంగీత సహాయకులుగా పని చేశారు. ఈ చిత్రంలో



అమెరికా అమ్మాయిగా 'దేవయాని' అనే ఫ్రెంచ్ అమ్మాయిని ఎంచుకున్నాం. ఈ అమ్మాయి మద్రాసు కళాక్షేత్రంలో నాట్యం నేర్చుకుని ప్రదర్శనలు ఇచ్చేది. ఈ పాట ఎత్తుగడే **'పాడనా తెనుగు పాట పరవశనై మీ ఎదుట మీ పాట...'** అని వస్తుంది. ఒక విదేశీ అమ్మాయి భారతదేశానికి వచ్చి, తెలుగు సంస్కృతీసంప్రదాయాలను అలవర్చుకుని, పట్టుచీర, కుంకుమబొట్టు, పూలతో అందమైన అచ్చమైన పల్లెవాతావరణాన్ని ప్రతిబింబించేలా కనిపిస్తుంది. మన తెలుగువారి పాట మన ఎదురుగా వినిపిస్తాను అంటూ ఈ పాట పాడుతుంది. ''కోవెల గంటలు, గోదావరి తరగలు, మంచి ముత్యాలు, మధురామృతాలతో నిండిన పాట పాడుతాను'' అంటూ తెనుగు భాష, తెనుగు నేల గొప్పదనాన్ని ఈ పాటలో పలుకుతుంది కథానాయకి. తెనుగు వాగ్గేయకారులైన త్యాగయ్య, క్షేత్రయ్య, రామదాసుల కవితలో చక్కెర మాటల మూటలు, చిక్కని తేనెల ఊటలు ఉన్నాయంటే తేనె వంటి తెనుగును చూపారు కృష్ణశాస్త్రి గారు. ఈ పాటలో ముఖ్యంగా **''ఒళ్లంత వయ్యారి కోక, కళ్లకు కాటుక రేఖ...''** చరణంలో తెలుగు నేపథ్యం, గ్రామీణ వాతావరణం, పల్లెల గొప్పదనం, ప్రాశస్త్యం చూపాలనుకున్నాం. అందుకుగాను రాజమండ్రి దామెర్ల ఆర్ట్ గ్యాలరీలో ఉన్న దామెర్ల రామారావు చిత్రాలు చూపాలనుకున్నాను. నాకు అత్యంత సన్నిహితులైన బాపు గారి ద్వారా ఆ చిత్రాలు తెప్పించి, అవి చూపాం. మూడో చరణమంతా అలా అచ్చతెనుగు పల్లెను పిక్చరైజ్ చేశాం. ఈ పాటలోని ప్రతి పదంలోనూ తెనుగుదనం ఉట్టిపడుతుంది. తెనుగు భాష విశిష్టతను, తెనుగుదనాన్ని తేనెలొలికించారు కృష్ణశాస్త్రి గారు. ఆయన గురించి చెప్పడమంటే మాటలు కాదు. అప్పటికే మల్లీశ్వరి చిత్రం ద్వారా తెలుగువారికి సుపరిచితులైన కృష్ణశాస్త్రిగారు ఈ పాటను కూడా అంతే అందంగా రచించారు.

- సంభాషణ: డా. వైజయంతి

• ఉత్తమ విలన్

సైలెంట్ విలన్!

'**ఆ**యన ఎవరనుకుంటున్నారు?

''సాక్షాత్తు ఎంపీగారి కుమారుడు, యూత్ లీడర్... ఆయన్ని తీసుకెళ్లి జైల్లో వేస్తారా?''

''తప్పు చేసిన వాడిని జైల్లో వేయక మెడలో దండలు వేసి ఊరేగిస్తారా?''

చట్టంతో వారికి పనిలేదు. రూల్స్‌తో వారికి పనిలేదు. వారికి తెలిసిందల్లా వాటిని తమ దారిలోకి తెచ్చుకోవడం. అవి దారిలోకి వస్తే రాష్ట్రాన్ని సైతం అమెరికాకు అమ్ముకునే తెలివితేటలు ఉన్నాయి ఈ తండ్రీకొడుకులకు. అందుకే ఆ యూత్‌లీడర్ ఏమంటున్నాడో చూడండి.

''నన్ను లోపలెయ్యడానికి వాడెవ్వడు.

మా నాన్నతో ఢిల్లీతో మాట్లాడించి వాణ్ని ట్రాన్స్‌ఫర్ చేయిస్తానంతే''

•••

'రక్షణ' సినిమాలో యూత్‌లీడర్ కావచ్చు. 'నువ్వు నేను' సినిమాలో మాటలు లేకుండా హీరోహీరోయిన్లను వెంటాడే రౌడీ కావచ్చు.... ఏ పాత్ర చేసినా బెనర్జీకి బారెడు డైలాగులు ఉండవు. దీనికి జవాబు అడిగితే ఆయన దగ్గర స్పష్టమైన సమాధానం లేకపోవచ్చుగానీ... భయపెట్టించడానికి బారెడు డైలాగులు మాత్రమే అక్కర్లేదని బెనర్జీ నటన పరిచయం ఉన్నవాళ్లకు అర్థమవుతుంది.

చిన్న డైలాగుల్లో సైతం లోతైన నటనను ప్రదర్శించడంలో తనదైన మార్క్ సృష్టించుకున్నారు బెనర్జీ.

సినిమాల్లోకి వెళ్లాలని, నటుడు కావాలని బెనర్జీ పెద్దగా ఎప్పుడూ అనుకోలేదు. ఆయన మాటల్లోనే చెప్పాలంటే... ఒక నీటి ప్రవాహంలా ఎటంటే అటు వెళ్లారు. మద్రాస్‌లో హోటల్ మేనేజ్‌మెంట్ చదివి మధ్యలోనే వదిలేశారు. ఒక కంపెనీ బ్రాంచ్ మేనేజర్‌గా విజయనగరంలో ఆరు సంవత్సరాలు పనిచేశారు. అక్కడ మంచి స్నేహితులను సంపాదించుకున్నారు. వారి సలహా వల్లో ఏమోగానీ ఆ తరువాత సినిమా ఫీల్డ్‌కు వెళ్లారు.

యు.విశ్వేశ్వర్రావు దగ్గర ఒక సినిమాకు అసిస్టెంట్‌గా పనిచేశారు. అసిస్టెంట్‌గా విధులు నిర్వహించడంతో పాటు ఆ సినిమాలో నటించారు కూడా. అలా తొలి సినిమాతోనే అసిస్టెంట్ డైరెక్టర్‌తో పాటు నటుడు అయ్యారు.



బెనర్జీ

'థర్టీఇయర్స్ ఇండస్ట్రీ' అనిపించుకున్నారు.

'అది చేస్తా', 'ఇది చేస్తా', 'ఇరగదీస్తా' ఇలాంటి ఆడంబరపు మాటలేవీ బెనర్జీ నోటి నుంచి వినిపించవు. అలవి కాని స్వప్నాలు కూడా ఆయనలో కనిపించవు. ఆయన మాటల్లో లోతు కనిపిస్తుంది. అడపాదడపా ఇలాంటి కవితలు కూడా వినిపిస్తాయి.

'ప్రపంచం ఒక మధుశాల
జీవితం అనేది ఒక మత్తు
ఒకడికి చనిపోవాలనే మత్తు. ఒకడికి బతకాలనే మత్తు. ఒకడికి సంపాదించాలనే మత్తు. ఒకడికి ప్రేమ మత్తు. నేను కొద్దిగానే తాగా. నా మత్తు పొద్దుటి కల్లా దిగిపోతుంది. ఆ మత్తు మాత్రం జీవితం వెళ్లిపోయేవరకు ఉంటుంది'.

ఆయనలోని తాత్త్వికత మాట ఎలా ఉన్నా.... తక్కువ మాటలతో ఎక్కువ భయపెట్టే విలన్ల వరుసలో బెనర్జీ తప్పనిసరిగా ఉంటారు.

• సాల్వ్ చేస్తారా? శీర్షాసనమేస్తారా?

• మాయా బజార్

1			2		3	
			4			
		5				6
7			8	9		
		10				
11						12
		13				

అడ్డం:

1. భీమినేని శ్రీనివాసరావు దర్శకత్వంలో వచ్చిన ఈ సినిమాలో పవన్ కళ్యాణ్, ఆశిన్ జంటగా నటించారు. సంగీతం రమణ గోగుల (4)
3. శ్రీనువైట్ల దర్శకత్వంలో రామ్, జెనీలియా జంటగా నటించిన సినిమా. దేవిశ్రీప్రసాద్ సంగీతం. రచన... గోపీమోహన్ (2)
4. 'నా అల్లుడు', 'విశాఖ ఎక్స్‌ప్రెస్' చిత్రాల దర్శకుడి పేరు: ముళ్లపూడి.... (2)
5. డి.రంగారావు దర్శకత్వంలో వచ్చిన భయపెట్టే హారర్ చిత్రం (2)
7. 'ప్రేమికుడు' సినిమాలో నగ్మ పేరు అటు నుంచి (2)
8. కె.విశ్వనాథ్ దర్శకత్వంలో చిరంజీవి, విజయశాంతి, సుమలత, చరణ్‌రాజ్ నటించిన సినిమా. సంగీతం రమేష్ నాయుడు (4)
10. అడ్డం '8'లోని ఒక అక్షరానికి ఈ అక్షరం చేరిస్తే... 'మోసగాళ్లకు మోసగాడు', 'అల్లూరి సీతారామరాజు', 'అమ్మదొంగా', 'అగ్నిపర్వతం' సినిమాల కథానాయకుడు (1)
11. వైవీయస్ చౌదరి నిర్మాణంలో గుణశేఖర్ దర్శకత్వంలో రవితేజ, దీక్షాసేథ్ జంటగా నటించిన సినిమా. సంగీతం థమన్ (2)
13. 'అయోధ్యరామయ్య', 'భద్రాచలం', ' ఎవడ్రా రౌడీ', 'దేవా' సినిమాల కథానాయకుడు (3)

నిలువు:

1. రవిరాజా పినిశెట్టి దర్శకత్వంలో మోహన్‌బాబు, నాగార్జున, ప్రీతి జింగానియ, సౌందర్య నటించిన సినిమా (4)
2. 'గాలివానలో వాన నీటిలో పడవ ప్రయాణం' పాట ఉన్న ఈ సినిమాకు దర్శకుడు దాసరి. శోభన్‌బాబు, జయప్రద జంటగా నటించారు. కింది నుంచి (4)
6. 'అమ్మాయే సన్నగా అరనవ్వే నవ్వగా', 'చెలియ చెలియా చిరు కోపమా', 'ఆడువారి మాటలకూ అర్థాలే వేరులే' పాటలు ఉన్న సినిమా (2)
9. 'అగ్నిప్రవేశం', 'స్టూవర్ట్‌పురం పోలీస్‌స్టేషన్' చిత్రాల దర్శకుడు (4)
11. తేజ దర్శకత్వంలో మహేష్‌బాబు, రక్షిత, గోపీచంద్, రాశి... నటించిన సినిమా. ఆర్పీ పట్నాయక్ సంగీతం (2)
12. అమ్మ రాజశేఖర్ దర్శకత్వంలో గోపీచంద్, కామ్నా జెత్మలాని జంటగా నటించిన సినిమా. (2)

• మైథోగ్రఫీ

1. 'చేతివేళ్లమాల' అనే పేరుగల బుద్ధుని అనుయాయుడు.
2. శంబరాసురుని కూతురు. పై జవాబులో '4'వ అక్షరంతో.
3. ఊర్వశీ, పురూరవుల కొడుకు 2వ జవాబులో '3'వ అక్షరంతో.
4. బ్రహ్మమానసపుత్రుడు... పై జవాబులో '2'వ అక్షరంతో.
5. అమోఘమైన అస్త్రం... 4వ జవాబులో మొదటి అక్షరంతో.

• బ్రెయిన్ జిమ్

1. ఈ గేటు నుంచి దూరలేము.
2. ఆల్ఫాబెట్‌లో చల్లగా ఉండే అక్షరాలు.
3. 'కిల్' చేసినా చావనిది.
4. వాలు కాని వాలు.

C	ర	క	న	ఆ
O	ల	మ	జ	న
L	A	C	క	వా
G	R	J	డ	లు
A	T	E	టై	మ్

జవాబులు

• మాయా బజార్

అడ్డం: 1. అన్నవరం 3. రెడీ 4. వర 5. భయం 7. శృతి 8. స్వయంకృషి 10.కృ(ష్ణ) 11. నిప్పు 13. శ్రీహరి

నిలువు: 1. అధిపతి 2. స్వయంవరం 6. ఖుషి 9.యండమూరి 11. నిజం 12. రణం

• మైథోగ్రఫీ

1. అంగుళిమాలుడు 2. మాయావతి 3. వనాయువు 4. నారదుడు 5. నారాయణాస్త్రం

• బ్రెయిన్ జిమ్

C	ర	క	న	ఆ
O	ల	మ	జ	న
L	A	C	క	వా
G	R	J	డ	లు
A	T	E	టై	మ్

• కిసుక్కు

ఇంటర్వ్యూ జరుగుతుంది...

మేనేజర్: ఏం చదువుకున్నావు?

సుబ్బులు: పీహెచ్‌డీ చేశాను సార్

మేనేజర్: డాక్టర్ డిగ్రీ ఉండి ఇంత చిన్న ఉద్యోగం కోసం వచ్చావేం?

సుబ్బులు: నాది ఆ పీహెచ్‌డీ కాదు సార్ నా పీహెచ్‌డీ అంటే... 'పాస్‌డ్ హైస్కూల్ విత్ డిఫికల్టీస్'

• మీకు తెలుసా

స్వీడన్, ఫిన్‌లాండ్ సరిహద్దుల్లో ఉన్న గ్రీన్‌జోన్ గోల్ఫ్‌క్లబ్ సగం ఆ దేశంలో, సగం ఈ దేశంలో ఉంటుంది!

పదశోధన - 450

నిర్వహణ : **అదృష్టదీపక్**

1	2	3	■	4		5		■	6
7			■		■		■	8	
	■		■	9			■	10	
■	11				■	■	12		
■	13		■	■	14	15		■	
16	■	17	18		■		■	19	
20	21			■	22		23	■	
24		■	25			■	26		
	■	27		■		■		■	■
28				■		■	29		

ఆధారాలు

అడ్డం

1. బయలు భూమి, చలం నవల (3)
4. వర్తకం చేసేవాడు (4)
7. సదా ఉండే ఆనందం, సంతోషం (3)
8. తడి (2)
9. వాడుకలో పండ్రెండు (3)
10. వరిచేను, శుచి, పరిశుద్ధమైనది (2)
11. తెలుగు ఫొటో (4)
12. నడుం చుట్టూ బిగించి కట్టేది, బెల్టు (3)
13. తెలంగాణ పోరాటాన్ని చిత్రించిన – వట్టికోట ఆళ్వారుస్వామి రెండవ నవల (2)
14. సరిగమలలో జలతారు (3)
17. చేతిగుడ్డ (3)
19. శిరస్సు (2)
20. దట్టమైన అడవి (4)
22. పాటతో వచ్చే నైపుణ్యం (3)
24. బుల్లితెర మీద తెలుగు అనర్గళంగా మాట్లాడే మలయాళీ అమ్మాయి (2)
25. ఎడమ భాగం, దాపల రూపాంతరం (3)
26. చిన్నకుండ, జాతరలో అమ్మవారి రూపం (3)
27. చిన్న కత్తి (2)
28. ప్రథమా విభక్తి ప్రత్యయాలు (4)
29. టాంటాం, దండోరా (3)

నిలువు

1. తెలంగాణలో ఒక గ్రామదేవత (3)
2. భార్య (2)
3. '.... నందామయా' – 'దేవుడు చేసిన మనుషులు', 'పెద్ద మనుషులు' సినిమాలలో ఒక పాట పల్లవి (7)
4. మర్రి ఆకు (4)
5. లవుని సోదరుడు (3)
6. ఇలా అంటే భుజాలు తడుముకున్నాడని సామెత (8)
8. స్వేదం (3)
11. త్యాగంలా ధ్వనించే మేకపోతు (2)
12. విరోధం (2)
15. రెమ్మ, సన్నని కొమ్మ (3)
16. భీముడు చంపిన తిండిపోతు రాక్షసుడు (5)
18. విడాకులు ఇప్పించే మాకంద పత్రాలు (5)
21. లక్ష్మీదేవి (2)
22. అంతరిక్షంలో మిల్కీ వే (4)
23. ఇక్కడ మాత్రం 'బావా' అంటే కుదరదట (4)
27. మరణం, మృతి (2)

పదశోధన - 449 జవాబు

1 ఎం	డ	■	2 మం	■	3 స	4 హ	గ	మ	5 నం
కి	■	6 క	ద	ళీ	ఫ	లం	■	■	ద
7 పా	ద	ర	సం	■	లం	■	8 ని	చ్చె	న
ట	■	వా	■	9 స	■	10 తా	వు	■	వ
11 లు	బ్రా	లం	12 త	■	13 లాం	త	రు	■	నం
■	■	■	డి	■	ఛ	■	14 క	ప్ప	■
15 ఉ	■	16 జా	గు	■	నం	■	ప్పి	■	17 మై
18 ప	సి	బి	డ్డ	లు	■	19 మే	న	మా	మ
కా	■	ల్లి	■	■	20 శ	కు	ని	■	ర
21 రం	భ	■	22 తి	మి	రం	■	ప్పు	■	పు

• ఫుడ్ పిరమిడ్

పక్కన ఫుడ్ పిరమిడ్‌లో కనిపిస్తున్న అక్షరాలలో కొన్ని ఆహార పదార్థాలు, వంటకాల పేర్లు దాగున్నాయి. కనుక్కోనేందుకు ప్రయత్నించండి. ఇది మీ పాకశాస్త్ర పరిజ్ఞానానికి ఒక తమాషా పరీక్ష.

ఈ అక్షరాలతో ఎన్ని ఎక్కువ పదాలను కనుక్కోగలిగితే మీకు అంత ఎక్కువగా పాక పరిజ్ఞానం ఉన్నట్లు లెక్క. ఒక్కో పదానికి ఒక్కో మార్కు లెక్కన ఎన్ని వస్తాయో చూసుకోండి.

క
కా ర సం
య జ్జ మ గ పు
సు లు న్నం ప్పా స డ కూ
టు డ త జా ల య్య రొ ణు గు

మార్కులు

ఫర్వాలేదు: 12
బాగుంది: 14
అద్భుతం: 16



• పదవినోదం

గడులలో అస్తవ్యస్తంగా ఇచ్చిన అక్షరాలను సరైన వరుసలో పదాలుగా అమర్చండి. గడులలో వృత్తాల నడుమ ఇచ్చిన అక్షరాలతో వచ్చే అర్థవంతమైన పదబంధాన్ని కనుక్కోండి.

1. (డ) శి (షో) — ☐☐☐
2. వు ర (శ) తు దృ — ☐☐☐☐☐
3. రు (ళా) (క) కా లు — ☐☐☐☐☐
4. (ధి) ష్త గు (ని) — ☐☐☐☐

☐☐☐☐☐☐☐

పదవినోదం జవాబులు

షో డ శ క ళా ని ధి

1.షోడశి 2.శరదృతువు 3.కళాకారులు 4.గుప్తనిధి

సుడోకు - 210

9	5		4		2	8	3	
6	4	3	8		7			
	2			6		7		5
3	8			7				9
	9	5		2	8	4	6	7
		4		9		3		8
2							5	
		8	2	4	6	9	7	
				3		2		

కఠిన స్థాయి 1 2 3 4 5

సుడోకు - 209

4	8	7	3	6	5	1	9	2
9	2	5	4	7	1	8	3	6
6	3	1	9	2	8	7	4	5
7	6	4	1	3	2	5	8	9
3	9	2	8	5	7	4	6	1
1	5	8	6	9	4	3	2	7
5	4	9	7	8	6	2	1	3
8	7	3	2	1	9	6	5	4
2	1	6	5	4	3	9	7	8

27 ఆగస్టు నుంచి 2 సెప్టెంబర్ 2017 వరకు

సింహంభట్ల సుబ్బారావు
జ్యోతిష్య పండితులు





మేషం: (అశ్వని, భరణి, కృత్తిక 1 పా.)

పనుల్లో జాప్యం జరిగినా పూర్తి కాగలవు. ఆర్థిక పరిస్థితి కొంత మెరుగుపడుతుంది. విద్యార్థులకు ఒత్తిడులు. దూరప్రాంతాల నుంచి ముఖ్య సమాచారం అందుతుంది. వాహనాలు, భూములు కొనుగోలు యత్నాలు కలిసివస్తాయి. వ్యాపారాలు క్రమేపీ పుంజుకుంటాయి. ఉద్యోగులకు పనిభారం నుంచి కొంత విముక్తి. పారిశ్రామికవర్గాలకు పర్యటనల్లో మార్పులు. ఆరోగ్యభంగం. గులాబి, పసుపు రంగులు, పశ్చిమదిశ ప్రయాణాలు అనుకూలం. ఆంజనేయస్వామిని పూజించండి.



వృషభం: (కృత్తిక 2,3,4 పా, రోహిణి, మృగశిర 1,2 పా.)

సొంత ఆలోచనలతో నిర్ణయాలు తీసుకోవడం మంచిది. ఆర్థిక విషయాలు సంతృప్తికరంగా ఉంటాయి. ఆలోచనలు కార్యరూపం దాలుస్తాయి. విద్యార్థులకు ఊహించని అవకాశాలు. ఆరోగ్యం కాస్త మందగిస్తుంది. వ్యాపారాలు లాభిస్తాయి. ఉద్యోగులకు ఒత్తిడుల నుంచి ఉపశమనం. రాజకీయవర్గాలకు మంచి గుర్తింపు రాగలదు. వారం చివరిలో వ్యయప్రయాసలు. ఖర్చులు. నీలం, లేత ఆకుపచ్చ రంగులు. ఉత్తరదిశ ప్రయాణాలు అనుకూలం. కనకధారాస్తోత్రాలు పఠించండి.



మిథునం: (మృగశిర 3,4, ఆరుద్ర, పునర్వసు 1,2,3 పా.)

చేపట్టిన కార్యక్రమాలలో అవరోధాలు తొలగుతాయి. ఆత్మీయులు, బంధువులతో ముఖ్య విషయాలు చర్చిస్తారు. సంఘంలో గౌరవం పెరుగుతుంది. ఆశ్చర్యకరమైన సంఘటనలు ఎదురవుతాయి. పుణ్యక్షేత్రాలు సందర్శిస్తారు. విద్యార్థులకు ప్రోత్సాహకరంగా ఉంటుంది. వ్యాపారాలలో కొత్త పెట్టుబడులు అందుతాయి. ఉద్యోగులకు హోదాలు రావచ్చు. కళాకారులకు నూతనోత్సాహం, ఊహించని అవార్డులు. వారం ప్రారంభంలో వృథా ఖర్చులు. బంధువిరోధాలు. గులాబి, నేరేడు రంగులు. తూర్పుదిశ ప్రయాణాలు అనుకూలం. గణేశాష్టకం పఠించండి.



కర్కాటకం: (పునర్వసు 4 పా., పుష్యమి, ఆశ్లేష)

ఊహకు అందని రీతిలో శత్రువులు మిత్రులుగా మారతారు. ఆర్థిక పరిస్థితి గతం కంటే మెరుగుపడుతుంది. రుణదాతల ఒత్తిడులు తొలగుతాయి. ఆధ్యాత్మిక కార్యక్రమాలలో పాల్గొంటారు. పనుల్లో విజయం సాధిస్తారు. ఆరోగ్యంపై కొంత శ్రద్ధ అవసరం. వ్యాపారాలలో ఒడిదుడుకులు తొలగుతాయి. ఉద్యోగులకు కొత్త ఆశలు చిగురిస్తాయి. రాజకీయవర్గాలకు ఆకస్మిక విదేశీ పర్యటనలు. వారం మధ్యలో కుటుంబసమస్యలు. ధనవ్యయం. ఎరుపు, లేత పసుపు రంగులు, ఉత్తరదిశ ప్రయాణాలు అనుకూలం. హనుమాన్ ఛాలీసా పఠించండి.



సింహం: (మఖ, పుబ్బ, ఉత్తర 1 పా.)

ఆర్థిక వ్యవహారాలలో కొంత పురోగతి కనిపిస్తుంది. వ్యవహారాలు సకాలంలో పూర్తి చేస్తారు. వివాహ, ఉద్యోగయత్నాలు కలిసివస్తాయి. విద్యార్థులకు ప్రోత్సాహకరంగా ఉంటుంది. కాంట్రాక్టులు దక్కించుకుంటారు. పలుకుబడి పెరుగుతుంది. వ్యాపార లావాదేవీలు ఆశాజనకంగా ఉంటాయి. ఉద్యోగులకు అనుకోని హోదాలు రావచ్చు. కళాకారులకు మరింత ఉత్సాహవంతంగా ఉంటుంది. వారం మధ్యలో అనారోగ్యం. కుటుంబసభ్యులతో విభేదాలు. ఎరుపు, నేరేడు రంగులు. దక్షిణదిశ ప్రయాణాలు అనుకూలం. విష్ణుసహస్రనామ పారాయణ చేయండి.



కన్య: (ఉత్తర 2,3,4 పా, హస్త, చిత్త1,2 పా.)

అనుకున్న పనులు నిదానంగా పూర్తి కాగలవు. ఆర్థిక పరిస్థితిలో పెద్దగా మార్పు కనిపించదు. ఆస్తి వివాదాలు నెలకొంటాయి. ఆలోచనలు నిలకడగా ఉండవు. కుటుంబ, ఆరోగ్య సమస్యలు చికాకు పరుస్తాయి. విద్యార్థుల యత్నాలు ముందుకు సాగవు. పుణ్యక్షేత్రాలు సందర్శిస్తారు. వ్యాపారాలు నత్తనడకన సాగుతాయి. ఉద్యోగులకు పనిభారం. పారిశ్రామికవర్గాలకు విదేశీ పర్యటనలు వాయిదా. వారం మధ్యలో శుభవార్తలు. ధన, వస్తులాభాలు. గులాబి, ఆకుపచ్చ రంగులు, తూర్పుదిశ ప్రయాణాలు అనుకూలం. లక్ష్మీనృసింహ స్తోత్రాలు పఠించండి.



తుల: (చిత్త 3,4, స్వాతి, విశాఖ1,2,3 పా.)

వీరికి పట్టింది బంగారమే అన్నట్లుంటుంది. కార్యక్రమాలు అనుకున్న విధంగా పూర్తి చేస్తారు. ఆత్మీయుల నుంచి శుభవార్తలు. ఆస్తి వివాదాలు తీరి లబ్ధి పొందుతారు. కాంట్రాక్టులు దక్కించుకుంటారు. వాహనాలు, గృహం కొనుగోలు చేస్తారు. వ్యాపారాలు విస్తరిస్తారు. ఉద్యోగులకు పదోన్నతులు రావచ్చు. కళాకారులకు యత్నకార్యసిద్ధి. వారం చివరిలో వ్యయప్రయాసలు. అనారోగ్యం. నీలం, తెలుపు రంగులు. ఉత్తరదిశ ప్రయాణాలు అనుకూలం. గణేశ్ స్తోత్రాలు పఠించండి.



వృశ్చికం: (విశాఖ 4 పా., అనూరాధ, జ్యేష్ఠ)

ఎంతటి కార్యాన్నైనా పట్టుదలతో పూర్తి చేస్తారు. సంఘంలో ఆదరణ. సేవాకార్యక్రమాలలో పాల్గొంటారు. పాతబాకీలు వసూలవుతాయి. ఆలయాలు సందర్శిస్తారు. దూరపు బంధువులతో ఉత్తరప్రత్యుత్తరాలు సాగిస్తారు. రియల్ ఎస్టేట్, ఐటీ రంగాలలోని వారికి విశేషంగా కలిసివస్తుంది. వ్యాపార వృద్ధి. ఉద్యోగులకు ప్రోత్సాహకరంగా ఉంటుంది. కళాకారులకు సన్మానాలు. వారం ప్రారంభంలో ధన వ్యయం. అనారోగ్యం. ఎరుపు, నేరేడు రంగులు. నవగ్రహస్తోత్రాలు పఠించండి.



ధనుస్సు: (మూల, పూర్వాషాఢ, ఉత్తరాషాఢ 1 పా.)

ఆదాయం ఆశాజనకంగా ఉంటుంది. సన్నిహితుల నుంచి కీలక సమాచారం రాగలదు. విద్యార్థులకు కొత్త ఆశలు. పలుకుబడి కలిగిన వ్యక్తులు పరిచయమవుతారు. ఆలోచనలు కార్యరూపం దాలుస్తాయి. ఉద్యోగయత్నాలు సానుకూలమవుతాయి. శుభకార్యాలకు హాజరవుతారు. కొన్ని సంఘటనలు ఆకట్టుకుంటాయి. వ్యాపారాలు సజావుగా సాగుతాయి. ఉద్యోగులకు పదోన్నతి అవకాశాలు. పారిశ్రామికవర్గాలకు ఆకస్మిక విదేశీ పర్యటనలు. వారం మధ్యలో ధనవ్యయం. ఆరోగ్యభంగం. గులాబి, లేత ఎరుపు రంగులు, పశ్చిమదిశ ప్రయాణాలు అనుకూలం. దేవీఖడ్గమాల పఠించండి.



మకరం: (ఉత్తరాషాఢ 2,3,4, శ్రవణం, ధనిష్ఠ 1,2 పా.)

అనుకున్న పనులు సకాలంలో పూర్తి చేస్తారు. ఓర్పు, నేర్పుతో కొన్ని వివాదాల నుంచి బయటపడతారు. ఆర్థిక విషయాలు సంతృప్తికరంగా ఉంటాయి. శుభకార్యాల రీత్యా ఖర్చులు ఉంటాయి. జీవిత భాగస్వామి ద్వారా ఆస్తిలాభ సూచనలు. ప్రముఖుల నుంచి శుభవార్తలు వింటారు. విద్యార్థులకు కొత్త అవకాశాలు రాగలవు. వ్యాపారాలు విస్తరిస్తారు. ఉద్యోగులకు ఇంక్రిమెంట్లు. రాజకీయవర్గాలకు నూతనోత్సాహం. వారం మధ్యలో వృథా ఖర్చులు. బంధువిరోధాలు. లేత ఆకుపచ్చ, నీలం రంగులు, తూర్పుదిశ ప్రయాణాలు అనుకూలం. లక్ష్మీస్తోత్రాలు పఠించండి.



కుంభం: (ధనిష్ఠ 3,4, శతభిషం, పూర్వాభాద్ర 1,2,3 పా.)

ఆర్థిక పరిస్థితి కొంత ఆశాజనకంగా ఉంటుంది. సన్నిహితులతో ముఖ్య విషయాలు చర్చిస్తారు. ప్రముఖులతో పరిచయాలు సంతోషం కలిగిస్తాయి. కాంట్రాక్టులు పొందుతారు. ఎంతటి వారినైనా వాక్చాతుర్యంతో ఆకట్టుకుంటారు. ఆలయాలు సందర్శిస్తారు. కాంట్రాక్టులు దక్కుతాయి. వ్యాపారాలు లాభసాటిగా ఉంటాయి. ఉద్యోగులకు ఊహించని హోదాలు రావచ్చు. కళాకారులకు సన్మానాలు. వారం ప్రారంభంలో ఆరోగ్యసమస్యలు. మిత్రులతో మాటపట్టింపులు. నలుపు, నేరేడు రంగులు. ఉత్తరదిశ ప్రయాణాలు అనుకూలం. దత్తాత్రేయ స్తోత్రాలు పఠించండి.



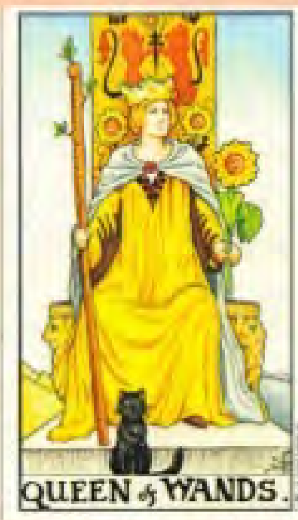
మీనం: (పూర్వాభాద్ర 4 పా., ఉత్తరాభాద్ర, రేవతి)

చేపట్టిన పనులు పూర్తి కాగలవు. ఆర్థిక ఇబ్బందులు అధిగమిస్తారు. ఎంతోకాలంగా వేధిస్తున్న కొన్ని సమస్యలు పరిష్కారమవుతాయి. దూరపు బంధువులను కలుసుకుంటారు. నిరుద్యోగులు, విద్యార్థులకు అనుకూల సమాచారం. గతాన్ని గుర్తుకు తెచ్చుకుంటారు. పలుకుబడి కలిగిన వారితో పరిచయాలు. వ్యాపారాలు సజావుగా కొనసాగుతాయి. ఉద్యోగులకు ప్రోత్సాహకరంగా ఉంటుంది. కళాకారులకు అంచనాలు నిజమవుతాయి. వారం మధ్యలో వృథా ఖర్చులు. అనారోగ్యం. గులాబి, పసుపు రంగులు, దక్షిణదిశ ప్రయాణాలు అనుకూలం. విష్ణుధ్యానం చేయండి.

27 ఆగస్టు నుంచి
2 సెప్టెంబర్
2017 వరకు












టారో ఇన్సియా
రేఖ అనలిస్ట్

మేషం (మార్చి 21 - ఏప్రిల్ 19)

జీవితాన్ని చూసే మీ దృష్టి కోణంలో మార్పుకు ఇదే సరైన సమయం. మిమ్మల్ని ప్రస్తుతం వెంటాడుతున్న భయాలు అలాగే కొనసాగుతాయి. కాస్తంత సమయ మిస్తే అన్నీ అవే సర్దుకుపోగలవని గ్రహించండి. అవకాశాలు వాటంతట అవే మీ తలుపు తడతాయి. ప్రేమ విషయంలో జాగ్రత్త అవసరం. ఆత్మవిశ్వాసంతో, చిత్తశుద్ధితో ముందుకు వెళితే పరిస్థితులన్నీ మీకు అనుకూలంగా మారతాయి.

కలిసివచ్చే రంగు : ఊదా

వృషభం (ఏప్రిల్ 20 - మే 20)

మీరు ఎప్పట్నుంచో ఎదురుచూస్తోన్న, జీవితాన్ని మలుపు తిప్పే విషయాల్లో జాగ్రత్త వహించండి. గత వారంతో పోల్చితే ఈ వారం అంత సాఫీగా ఏదీ జరగదు. అయితే దీన్ని కూడా మంచికే అనుకొని ముందుకు వెళ్లండి. నాణానికి రెండు వైపులు ఉన్నట్లే జీవితం ఉంటుందన్నది అర్థం చేసుకోండి. ఉద్యోగం, ప్రేమ జీవితానికి మధ్య సమన్వయం ఉండేలా చూసుకుంటే పరిస్థితులు మీకు అనుకూలిస్తాయి.

కలిసివచ్చే రంగు : ముదురు గోధుమ

మిథునం (మే 21 - జూన్ 20)

మీ ప్రయత్నాలన్నీ విజయవంతం అవుతాయి. అంతా మంచే జరుగుతుందన్న నమ్మకంతో ముందుకు వెళ్లండి. అనవసరమైన విషయాలపై శక్తినంతా కేంద్రీకరించి నిరాశ చెందవద్దు. మీకు అన్నివిధాలా అనుకూలించే పనులనే చేయండి. ప్రేమ విషయంలో ఓ గొప్ప రోజు దగ్గరవుతోంది. పాత మిత్రుడిని మళ్లీ కలుసుకుంటారు. మనసుతో కంటే బుద్ధితో ఆలోచించడం మీకు పనికొస్తుంది. కుటుంబ సంబంధిత విషయాలన్నీ మీ చేతుల్లోనే ఉంటాయి.

కలిసివచ్చే రంగు : దొండపండు

కర్కాటకం (జూన్ 21 - జూలై 22)

ధైర్యంగా, నమ్మకంతో ముందడుగు వేయండి. తడబడకుండా, మీ శక్తినంతా కేంద్రీకరించి కష్టపడండి. విజయం మీ వైపే ఉన్నదని మరవకండి. ఈ వారం మీకు కలిసివస్తుంది. మీ కష్టానికి తగిన ఫలం దక్కుతుంది. మీ జీవితభాగస్వామిని కలుసుకుంటారు. ఒక కొత్త విషయం చదవాలని అనుకుంటే, అది వెంటనే చేసేయండి. అది మీకు కొత్త దారులను చూపిస్తుంది. మీ ప్రేమ జీవితం సజావుగా సాగిపోతుంది. అంతా మంచే జరుగుతుంది.

కలిసివచ్చే రంగు : దొండపండు

సింహం (జూలై 23 - ఆగస్ట్ 22)

ఉత్సాహవంతమైన వారమొకటి మీకోసం ఎదురు చూస్తోంది. ఏది జరిగినా మీ మంచికే జరుగుతుందని నమ్మడం అవసరం. మీ నమ్మకమే మిమ్మల్ని విజయం వైపుకు తీసుకెళ్తుంది. పెళ్లి సూచనలు కనిపిస్తున్నాయి. ప్రేమ జీవితం సాఫీగా ఉంటుంది. బిజినెస్‌లో కూడా మీకు మంచి ఫలితాలు కనిపిస్తాయి. కొత్తగా ఏదైనా మొదలుపెట్టాలన్న ఆలోచనలో ఉంటే, వెంటనే ఆ పని చేసేయండి. పనిలో గౌరవం, గుర్తింపు దక్కుతాయి.

కలిసివచ్చే రంగు : ఎరుపు

కన్య (ఆగస్ట్ 23 - సెప్టెంబర్ 22)

మీలా ఉండడమన్నదే మీకు గొప్ప ఆభరణం. ఈ కారణం వల్లే మిమ్మల్ని అందరూ ప్రేమిస్తారు. కొత్త పని ఒకటి మొదలుపెట్టేందుకు జంకుతారు. అయితే విజయం మీదేనని గుర్తుంచుకోండి. మీ నిరంతర శ్రమే మిమ్మల్ని విజయం వైపుకు అడుగులు వేయిస్తుంది. కొత్త వ్యక్తులు పరిచయమవుతారు. అన్నీ వ్యక్తిగా మీ స్థాయిని పెంచేవే. ఇష్టమైన వ్యక్తిని కలుసుకుంటారు. ఇల్లు లేదా ఉద్యోగం మారే సూచనలు కనిపిస్తున్నాయి.

కలిసివచ్చే రంగు : ఫీరీ ఆరెంజ్

తుల (సెప్టెంబర్ 23 - అక్టోబర్ 22)

ఒక కొత్త జీవితం మిమ్మల్ని ఆహ్వానిస్తుంది. గతాన్ని మరచిపోయి రానున్నదంతా మంచి కాలమే అని నమ్మడం అవసరం. ఎన్ని ఇబ్బంది పెట్టే పరిస్థితులు ఎదురైనా, చివరకు అదీ ఓ చోట ఆగుతుందని గుర్తించండి. సెప్టెంబర్ నెలంతా మీరు ఊహించని స్థాయిలో మార్పులు వస్తాయి. ఎప్పట్నుంచో ఎదురుచూస్తోన్న కార్యక్రమాలన్నీ విజయవంతంగా పూర్తవుతాయి. విహారయాత్రకు వెళ్లాలన్న ఆలోచన ఏదైనా ఉంటే వెంటనే అందుకు సిద్ధంకండి.

కలిసివచ్చే రంగు : ఆకుపచ్చ

వృశ్చికం (అక్టోబర్ 23 - నవంబర్ 21)

మీరు ఎదుర్కొంటున్న కష్టాలే మీలో దాగున్న శక్తినంతా బయటకు తీసుకొస్తాయి. అపజాయలు ఎదురైనా ధైర్యంగా మీ బాధ్యతను నిర్వహిస్తూ ఉండండి. విజయం మీదే. కొత్త బాధ్యతలు వచ్చి పడతాయి. విరామం లేకుండా పనిచేస్తారు. విదేశీ ప్రయాణ సూచనలు కనిపిస్తున్నాయి. మీరు ప్రేమలో ఉన్నట్లైతే మీకు ఓ మంచి జరగబోతోంది. ఉల్లాసంగా ప్రేమ జీవితాన్ని ఆస్వాదించండి. ఇంట్లో మీ పిల్లలు సైతం మీ పేరు నిలబెడతారు.

కలిసివచ్చే రంగు : పసుపు

ధనుస్సు (నవంబర్ 22 - డిసెంబర్ 21)

కొద్దికాలంగా మిమ్మల్ని ఎంతగానో ఇబ్బంది పెడుతోన్న ప్రతికూల పరిస్థితులకు తెరపడుతుంది. ఇకపై అంతా మంచే జరుగుతుందన్న నమ్మకంతో పని చేయండి. విరామం లేకుండా పనిచేస్తూ మీకంటూ ఓ ప్రత్యేక స్థానాన్ని సంపాదించుకుంటారు. ఆర్థిక పరిస్థితి కూడా మెరుగుపడుతుంది. ప్రేమ జీవితం బాగుంటుంది. పెద్దల సలహాతో ముందుకు వెళితే ప్రేమ జీవితం మరింత అందంగా ఉంటుంది.

కలిసివచ్చే రంగు : వెండి

మకరం (డిసెంబర్ 22 - జనవరి 19)

ఈవారం మీకు ఒక పెద్ద పరీక్ష ఎదురు కాబోతోంది. జీవితంలో ఇలాంటివి సర్వ సాధారణం అనుకుంటే మిమ్మల్ని ఏ శక్తీ ఆపలేదు. తల్లిదండ్రుల దగ్గర్నుంచి ఊహించని బహుమతి లభిస్తుంది. పాత అప్పులన్నీ తీరే సూచనలు కనిపిస్తున్నాయి. సెప్టెంబర్‌లో వైద్యుడిని సంప్రదించే అవసరం వస్తుంది. ఆరోగ్యం విషయంలో జాగ్రత్త అవసరం. విద్యార్థులకు మంచి ప్రోత్సాహం లభిస్తుంది

కలిసివచ్చే రంగు : ఆపిల్ గ్రీన్

కుంభం (జనవరి 20 - ఫిబ్రవరి 18)

ఉత్సాహంగా ఆలోచించి నిర్ణయాలు తీసుకునే మీ శైలి మిమ్మల్ని మరింత ఎత్తుకు తీసుకెళుతుంది. మీ ఆలోచన శైలి వల్లే మీకు పనిలో తిరుగులేని పేరు వస్తుంది. ఎప్పటికప్పుడు మారిపోతూ ఉండే పరిస్థితులు అన్నీ చక్కబడతాయి. కొత్త విషయాల పట్ల ఆసక్తి చూపిస్తారు. ఇది మీకు బాగా ఉపయోగపడే అంశం. ఎప్పట్నుంచో కంటున్న కలలు నెరవేరే రోజు దగ్గర పడుతోంది. గతాన్ని ఎక్కువగా తల్చుకోకుండా ఉండడం అవసరం. ఆత్మ విశ్వాసంతో ముందడుగు వేయండి.

కలిసివచ్చే రంగు : తెలుపు

మీనం (ఫిబ్రవరి 19 - మార్చి 20)

ఎటువంటి పరిస్థితులనైనా ఎదుర్కోగల శక్తి మీకు సమకూరుతుంది. జీవితాన్ని మీదైన శైలిలో ఆస్వాదించాలన్న మీ ఆలోచనే మిమ్మల్ని ముందుకు నడిపిస్తుంది. అందరితో కలిసిపోవడాన్ని అలవర్చుకోండి. ఆరోగ్యంపై శ్రద్ధ కనబరుస్తారు. మీ పనే మిమ్మల్ని పై స్థాయికి తీసుకెళుతుంది. ప్రయాణ సూచనలు కనిపిస్తున్నాయి. ఇబ్బందులు ఎదురైనా ఆత్మ విశ్వాసంతో పని చేయండి. పనిలో ఒక మైలురాయిని చేరుకుంటారు. న్యాయ సంబంధిత వ్యవహారాల్లో విజయం సాధిస్తారు.

కలిసివచ్చే రంగు : వెండి

• పురానీతి

రుక్మి ప్రగల్భాలు

భీష్మక మహారాజు కుమారుడు రుక్మి మహా పరాక్రమవంతుడు. ఇంద్రుడికి ప్రాణస్నేహితుడు. రుక్మిణీదేవికి అన్న. గంధమాదన పర్వతం మీద వున్న ద్రుముడనే కింపురుషుడి అనుగ్రహం వల్ల 'విజయం' అనే దివ్యధనుస్సును సంపాదించాడు.

లోకంలో శ్రేష్ఠమైన దివ్య ధనుస్సులు మూడే ఉన్నాయి. వాటిలో ఒకటి విష్ణుమూర్తి సారంగం అనే ధనువు. శ్రీ కృష్ణుడు దానిని ధరించాడు. మరొకటి గాండీవం. ఖాండవ వన దహన సందర్భంలో అగ్నిదేవుడు అర్జునుడికి ధనుస్సు ఇచ్చాడు. ఇక మూడోవది విజయం. ద్రుముణ్ణి ఆరాధించి రుక్మి విజయ నామక చాపాన్ని అతని నుండి సంపాదించాడు. రుక్మిణీదేవిని వివాహం చేసుకోవడానికి శ్రీ కృష్ణుడు ఆమెను రథం మీద తీసుకుపోతుంటే రుక్మి బలగర్వితుడై డాంబికాలు పలుకుతూ కృష్ణుణ్ణి ఎదిరించి నిందారోపణలు చేశాడు. తీరా కృష్ణుడు రథం నిలిపి బలాబలాలు చూసుకుందాం రమ్మని పిలిస్తే ఎదుర్కోలేక అవమానాలపాలయ్యాడు.

కురుపాండవ సంగ్రామం జరగబోతోందని తెలిసి ఒక అక్షౌహిణి సేనతో పాండవుల దగ్గరకు వెళ్ళాడు రుక్మి. పాండవులు అతన్ని సాదరంగా ఆహ్వానించి గౌరవించారు. అతిథి సత్కారాలు అందుకున్నాక రుక్మి అందరూ వింటూవుండగా



పార్థుణ్ణి పిలిచి, ''అర్జునా! రాబోయే సంగ్రామం గురించి బాధపడుతున్నావేమో! నేను నీకు అండగా ఉంటాను. నా అండదండల వల్ల నీకు విజయం తథ్యం. నన్ను మించిన పరాక్రమవంతుడు లేడు. పైగా నా దగ్గర తేజోమయమయిన ధనుస్సు ఉంది. దానితో ద్రోణ, భీష్మ, కృపాచార్యాది కౌరవులను క్షణాల్లో మట్టి కరిపిస్తాను. ఈ రాజ్యం నీ వశం చేస్తాను. సరేనా'' అన్నాడు.

అర్జునుడు నవ్వుకున్నాడు.

''మాకు సాయం చేస్తానని ముందుకు వచ్చినందుకు ధన్యవాదాలు. అయితే కృష్ణుడు మాకు ఎల్లవేళలా సాయంగా ఉంటాడన్న సంగతి మాత్రం మర్చిపోకు. ఆయన సాయం వుంటే ఇంకెవరి అండదండలూ అక్కర్లేదు మాకు. పైగా నా చేతిలో గాండీవం ఉంది. సాక్షాత్తూ ఇంద్రుడే వజ్రాయుధం ధరించి వచ్చినప్పటికీ నేను భయపడను' అన్నాడు అర్జునుడు రుక్మితో.

ఆ మాటలు రుక్మికి కోపం తెప్పించాయి. వెంటనే తన సైన్యాన్ని తీసుకుని సుయోధనుడి దగ్గరకు వెళ్ళాడు. ''రాబోయే కురుపాండవ యుద్ధంలో నేను మీ పక్షం ఉంటాను, మీ విజయానికి తోడ్పడతాను. పాండవుల పొగరు అణుద్దాం. నా చాపంతో వాళ్ళందర్నీ యమపురికి చేరుస్తాను. నా ప్రతాపం చూపిస్తాను'' అన్నాడు.

అయితే సుయోధనుడు కూడా అభిమానం కలవాడు. అతను కూడా రుక్మి సహాయం అక్కర్లేదని చెప్పాడు.

రుక్మి సిగ్గుపడ్డాడు. దుర్యోధనుడు కూడా తిరస్కరించాక వచ్చినదారినే తన నగరానికి తిరిగి వెళ్ళాడు. తన శక్తియుక్తుల్ని అధికంగా ఊహించుకోవడం, ఎదుటివారి తెలివితేటల్నీ, శక్తినీ తక్కువగా అంచనా వేయడం ఎవరికీ మంచిది కాదు. రుక్మికి ఈ అలవాటు మొదటినుంచీ ఉంది. అందుకే అనేకసార్లు పరాభవాలు పొందాడు.

• ఆదర్శం

ఈ ఆటోడ్రైవర్ అందరివాడు!

ఢిల్లీలో ఒక సాయంత్రం...

కల్కాజీలో ఒక ప్రయాణికుడిని దింపి తిరుగు ప్రయాణమైన ఆటోడ్రైవర్ అనీల్ కుమార్‌కు ఒక దృశ్యం కంటపడింది. రోడ్డు పక్కన ఒకచోట కూర్చున్న నాలుగు సంవత్సరాల పిల్లాడు ఏడుస్తున్నాడు. ఆ పిల్లాడి ఏడుపు ఆపించడానికి అనీల్‌కు తలప్రాణం తోకకు వచ్చింది.

కాస్త ఆలస్యంగా తెలిసిన విషయం ఏమిటంటే ఆ పిల్లాడు దారితప్పాడని.

'ఎక్కడి నుంచి వచ్చావు?'

'మీ ఇల్లు ఎక్కడ?'.... ఇలా రకరకాల ప్రశ్నలు ఆ పిల్లాడిని అడుగుతూనే ఉన్నాడు.

ఆ పిల్లాడు ఏదో చెబుతూనే ఉన్నాడు.

కానీ ఏమీ అర్థం కావడం లేదు. ఆ పిల్లాడి ఇల్లు ఎక్కడో తెలియడం లేదు.

మూడు గంటల తరువాత చిన్న క్లూలాంటిది దొరికింది. ఆ క్లూ ఆధారంగా ఒక ప్రాంతానికి వెళ్లి 'ఈ పిల్లాడు మీకు ఏమైనా తెలుసా?' అంటూ ఇల్లిల్లూ తిరగడం ప్రారంభించాడు. ఎట్టకేలకు ఒక వ్యక్తి గుర్తు పట్టాడు. ఆ పిల్లాడి ఇంటికి తీసుకువెళ్లాడు. తప్పిపోయిన పిల్లాడి కోసం శోకాలు పెడుతున్న తల్లిదండ్రులకు ప్రాణం లేచివచ్చింది. అనీల్‌ను దేవుడిని చూసినట్లు చూశారు. అప్పుడు వారి కళ్లలో కనిపించిన కాంతి



అనీల్ కుమార్

అనీల్‌లో పెద్దమార్పు తీసుకువచ్చింది. ఒక మంచిపని చేస్తే కలిగే తృప్తి ఎంత గొప్పదో తెలిసొచ్చింది. ఇక అప్పటి నుంచి ఏ పిల్లాడు రోడ్డు మీద ఏడుస్తూ కనిపించినా, రకరకాలుగా ప్రయత్నించి వారిని ఇంటికి చేర్చే బాధ్యతను తలకెత్తుకున్నాడు. ఇది మాత్రమే కాదు... పోలీస్‌స్టేషన్‌కు వెళ్లి 'తప్పిపోయిన పిల్లల వివరాలు ఇస్తే... వారిని ఇంటికి చేరుస్తాను' అని చెప్పాడు.

తప్పిపోయిన పిల్లలను ఇంటికి చేర్చడానికి కొన్ని సందర్భాల్లో అనీల్ పోలీసుల సహాయాన్ని తీసుకునేవాడు. కొన్ని సందర్భాల్లో పోలీసులు అనీల్ సహాయాన్ని తీసుకునేవారు.

తప్పిపోయిన పిల్లలను క్షేమంగా ఇంటికి చేర్చడానికి అనీల్ పడుతున్న తపన పోలీసులను ఆకట్టుకుంది.

''ఈ మహానగరంలో ఒకరి గురించి మరొకరు పట్టించుకునే తీరిక ఉండదు. మంచిచెడులు, కనీసబాధ్యతల గురించి ఆలోచించుకునే సమయం కూడా ఉండదు. ఒకవేళ ఉన్నా... తమ పనికి ఆలస్యం అవుతుందనే ఆలోచన వారిని వెనక్కిలాగుతుంది. ఇలాంటి పరిస్థితుల్లో అనీల్‌కుమార్ ఎంతోమంది వ్యక్తులకు స్ఫూర్తిగా నిలుస్తున్నారు'' అంటూ ఒక పోలీస్ ఉన్నతాధికారి అనీల్ గురించి ప్రశంసించారు.

''నేనో అసాధారణమైన పని చేస్తున్నాను అనుకోవడం లేదు. పౌరుడిగా నా వంతు బాధ్యతను నిర్వహిస్తున్నాను అంతే. తప్పిపోయిన పిల్లలను నా పిల్లలుగానే భావిస్తాను తప్ప ఎవరి పిల్లలో అనుకోను. నాకెందుకులే అనుకుంటే, రేపు నా పిల్లలు తప్పిపోయినప్పుడు కూడా వేరేవాళ్లు కూడా అలాగే అనుకుంటారు కదా'' అంటాడు అనీల్ కుమార్.

● సందేహం

ఎందుకిలా అవుతోంది?



డా॥ వేనాటి శోభ
రెయిన్‌బో హాస్పిటల్స్
నిజాంపేట్
హైదరాబాద్

● నా వయసు 22. రెండేళ్ల క్రితం పెళ్లయ్యింది. తర్వాత ఆరు నెలలకు కడుపులో గడ్డ ఉందని తెలిసింది. ఆపరేషన్ చేశారు. ఆపరేషన్‌కి ముందు నా జననాంగం వద్ద చిన్న చిన్న పింపుల్స్‌లాగా వచ్చి, అవంతటవే తగ్గిపోయేవి. కానీ ఇప్పుడు మూడు నెలలుగా పీరియడ్స్ వచ్చే ముందు వస్తున్నాయి. పీరియడ్స్ అయిపోయాక తగ్గి పోతున్నాయి. ఎందుకిలా అవుతోంది? చాలా భయంగా ఉంది.

- ప్రత్యూష, కరీంనగర్

బ్యాక్టీరియల్, వైరల్ ఇన్‌ఫెక్షన్ వల్ల జననాంగం వద్ద చిన్న చిన్న గుల్లల్లాగా రావచ్చు. రక్తహీనత, వ్యాధి నిరోధక శక్తి తక్కువగా ఉన్నా ఇలాంటివి మాటిమాటికీ రావచ్చు. పీరియడ్స్ ముందు శరీరంలో ఉండే హార్మోన్స్‌లో మార్పుల వల్ల ఆ సమయంలో జననాంగం వద్ద ఇన్‌ఫెక్షన్స్ ఏర్పడే అవకాశం ఉంది. కలయిక ద్వారా భర్తకు ఉన్న ఇన్‌ఫెక్షన్ భార్యకు సోకే అవకాశం కూడా ఉంది. జననాంగాలు శుభ్రంగా ఉంచుకోకపోవడం, అక్కడ ఉన్న వెంట్రుకలు రెగ్యులర్‌గా తొలగించుకోక పోవడం వల్ల కూడా రావచ్చు. కొందరిలో Herpes zoster అనే వైరస్ కొన్ని నరాల్లో దాగుండి, అప్పుడప్పుడూ నరాలు స్పందించే చోట నీటిగుల్లల్లాగా (vesicular rash) ఏర్పడి, నొప్పిగా ఉంటాయి. కానీ వారం పది రోజుల్లో తగ్గిపోతుంటాయి. అవి తగ్గకుండా అలాగే ఉంటే ఒకసారి గైనకాలజిస్టును సంప్రదించండి. వారు కొన్ని రక్త పరీక్షలు చేసి వైరస్ ఉన్నట్లు నిర్ధారిస్తే, దానికి తగ్గ చికిత్స తీసుకోండి.

● మహిళల్లో రక్తహీనత ఏర్పడడానికి ప్రత్యేక కారణాలు ఏమైనా ఉంటాయా? గర్భిణులకు రక్తహీనత సమస్య ఉంటే, ఆ ప్రభావం పుట్టబోయే బిడ్డ మీద ఉంటుందని విన్నాను. ఇలాంటి పరిస్థితుల్లో ఐరన్‌మాత్రలు తీసుకోవడం మంచిదేనా? తీసుకుంటే ఏ మోతాదులో తీసుకోవాలి. సైడ్‌ఎఫెక్ట్స్ ఏమైనా ఉంటాయా?

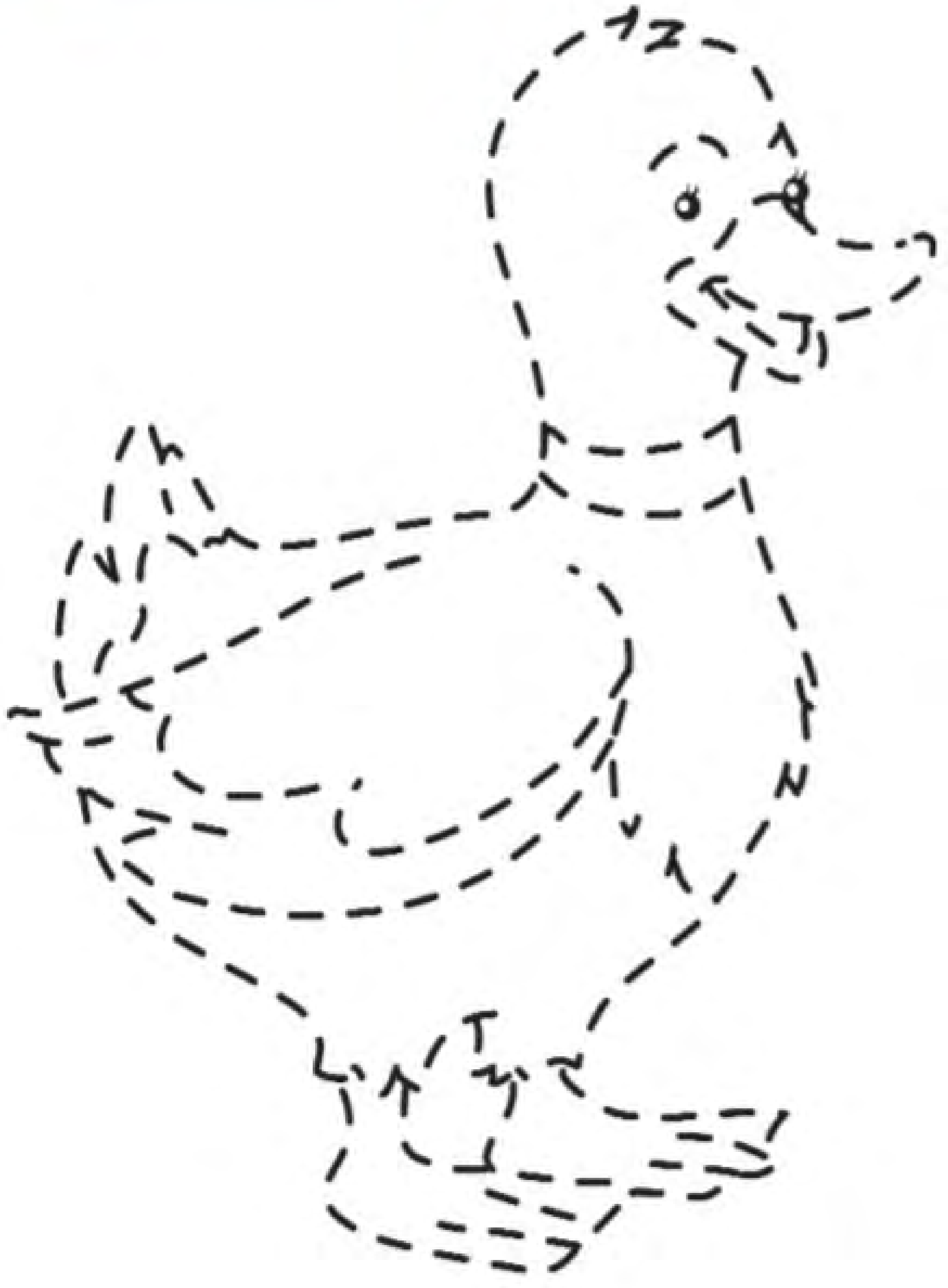
- జి.స్వాతి, వరంగల్

రక్తహీనత (anemia) అంటే రక్తంలో ఎర్ర రక్తకణాలు, అందులోని హిమోగ్లోబిన్ శాతం తగ్గడం. ఈ హిమోగ్లోబిన్ అనే పదార్థం రక్తం ద్వారా ఆక్సిజన్ వాయువును అన్ని అవయవాలకు సరఫరా చేస్తుంది. హిమోగ్లోబిన్ తయారీకి ఐరన్ ఎంతో అవసరం. చాలామందికి రక్తంలో ఐరన్ తక్కువ ఉండటం వల్ల రక్తంలోని ఎర్ర రక్తకణాలలోని హిమోగ్లోబిన్ తగ్గి రక్తహీనత ఏర్పడుతుంది. శరీరంలో ఐరన్, బి12 విటమిన్, ఫోలిక్ యాసిడ్ తక్కువ ఉండటం, రక్తకణాలు ఏర్పడటంలో సమస్యలు, రక్తకణాలు త్వరగా నశించిపోవటం, ఎక్కువ బ్లీడింగ్ అవ్వటం వంటి ఎన్నో కారణాల వల్ల రక్తహీనత ఏర్పడుతుంది. ఆడవారిలో పీరియడ్స్ సమయంలో ఎక్కువ బ్లీడింగ్ అవ్వటం, సరైన పోషకాహారం తీసుకోకపోవటం, కాన్పులలో రక్తస్రావం వంటి అనేక కారణాల వల్ల రక్తహీనత మగవారిలో కంటే ఆడవారిలో ఎక్కువ ఏర్పడుతుంది. గర్భిణీలలో పెరిగే శిశువు అవసరాలకు తగ్గట్లు రక్తంలో మార్పులు జరుగుతాయి. దానివల్ల గర్భిణీలలో చాలామంది రక్తహీనత ఏర్పడుతుంది. గర్భిణీలలో హిమోగ్లోబిన్ 11 గ్రాములు ఉండటం సాధారణ సంఖ్య. కనీసం 10 గ్రాములు అన్నా ఉండటం మంచిది. నెలలు నిండే కొద్దీ, బిడ్డ, తల్లి అవసరాలకు తగ్గట్లు హిమోగ్లోబిన్ పెరగకపోవచ్చు. హిమోగ్లోబిన్ శాతాన్ని బట్టి రక్తహీనత తీవ్రత ఉంటుంది. రక్తహీనత తీవ్రతను బట్టి, తల్లిలో ఆయాసం, కాళ్లవాపులు, ముఖం ఉబ్బడం, నెలలు నిండకుండా కాన్పులు, బిడ్డ బరువు తక్కువ పుట్టడం వంటి అనేక సమస్యలు ఏర్పడవచ్చు. రక్తహీనత ఉండి, కాన్పు తర్వాత రక్తస్రావం ఎక్కువ అయితే, సరైన సమయంలో రక్తం ఎక్కించకపోతే ప్రాణహాని ఉండే అవకాశాలు ఉంటాయి. ఐరన్ మాత్రలు గర్భిణీ సమయంలో రక్తహీనత లేకపోయినా తీసుకోవటం మంచిది. లేకపోతే గర్భంలో పెరిగే బిడ్డ, తల్లి నుంచి కావలసిన పోషక పదార్థాలు, రక్తం అన్నీ తీసేసుకుంటూ ఉంటుంది. దాంతో తల్లిలో రక్తం తగ్గుతూ ఉంటుంది. రక్తహీనత ఉన్నప్పుడు ఐరన్ మాత్రలు, తీవ్రతను బట్టి రోజుకు రెండుసార్లు వేసుకోవలసి ఉంటుంది. తీవ్రత ఎక్కువగా ఉండి ఐరన్ మాత్రలు వేసుకోలేకపోతే, ఐరన్ ఇంజెక్షన్ల రూపంలో కూడా తీసుకోవలసి ఉంటుంది. కొంతమందికి ఐరన్ మాత్రలతో మలబద్ధకం, వాంతులు, మలం నల్లరంగులో రావటం వంటివి జరుగుతుంటాయి. ఐరన్ మాత్రలు అనేక రకాల కాంబినేషన్లలో దొరుకుతాయి. ఒకటి పడకపోతే, వేరేది మార్చి వేసుకొని చూడవచ్చు. మాత్రలతో పాటు ఆహారంలో ఐరన్ ఎక్కువగా ఉండే ఆకుకూరలు, పప్పులు, బీన్స్, క్యారట్, బీట్‌రూట్, ఖర్జూర, దానిమ్మ, వేరుశనగ ముద్దలు, మాంసాహారులయితే లివర్, బోన్ సూప్ వంటివి తీసుకోవటం మంచిది.

● బ్రెస్ట్ క్యాన్సర్‌కు సంబంధించి హెచ్చరిక సూచనలు (warning signs) వివరంగా తెలియజేయగలరు.

- విఆర్, శ్రీకాకుళం

Cancer warning signs అంటే ఇది చాలావరకు క్యాన్సర్ అయ్యే అవకాశం లేదా క్యాన్సర్ మొదటి దశలో ఉన్నప్పుడు కనిపించే లక్షణాలు. క్యాన్సర్ రావటం, అరికట్టడం కష్టం. కనీసం కొద్దిగా ముందుగా గుర్తించటం వల్ల, చికిత్సతో చాలావరకు అది ముదరక ముందే తొలగించవచ్చు. బ్రెస్ట్‌లో కనిపించే కొన్ని warning signs బట్టి బ్రెస్ట్ క్యాన్సర్‌ను కొద్దిగా ముందుగా గుర్తించవచ్చు. రొమ్ములో గట్టిగా కదలకుండా ఉండే గడ్డ, రొమ్ముపైన చర్మం లోపలకు లాగుకున్నట్లు ఉండటం, రొమ్ము మొన నుంచి స్రావాలు రావటం, చంకల్లో గడ్డలు రొమ్ము మొన లోపలకు వెళ్లటం, పీరియడ్స్‌తో సంబంధం లేకుండా రొమ్ములలో నొప్పి, వాపు వంటివి కనిపించినప్పుడు, డాక్టర్‌ని కలిసి అవసరమైన స్కానింగ్, మామొగ్రామ్ వంటి పరీక్షలు చెయ్యించుకుని, అది క్యాన్సర్ కాదా అని నిర్ధారణ చేయించుకోవటం మంచిది. పైన చెప్పిన లక్షణాలు ఉన్నప్పుడు, 100% క్యాన్సర్ ఉండాలని ఏమీలేదు. కాకపోతే క్యాన్సర్ ఉండే అవకాశాలు ఎక్కువగా ఉన్నాయి కాబట్టి నిర్ధారణ చేసుకొని, ముందుగా చికిత్స తీసుకోవటం మంచిది.



రంగులు వేయండి

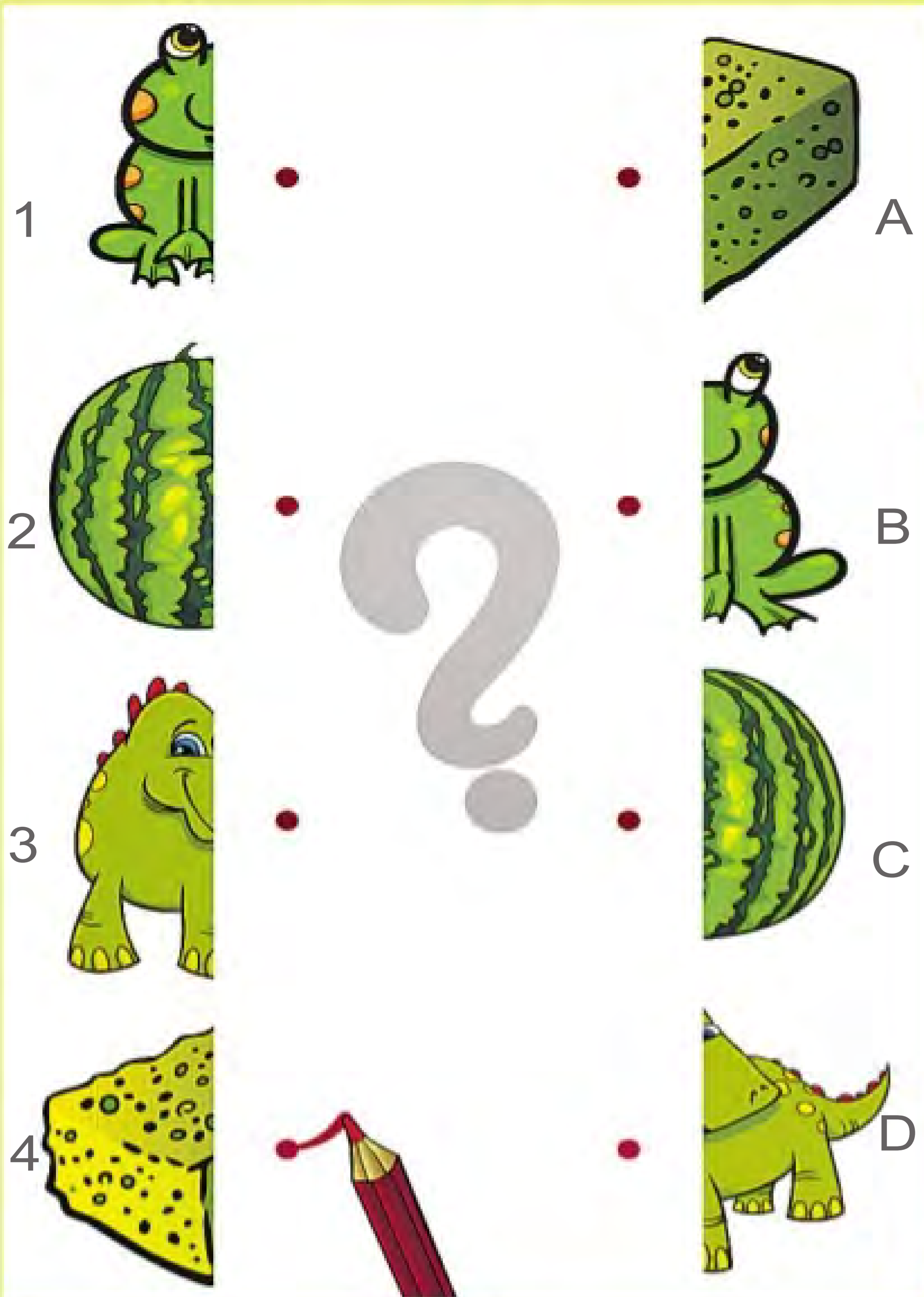
రంగురంగుల చిన్న బాతు బొమ్మను చూసి, పెద్ద బాతుకు రంగులు వేయండి.





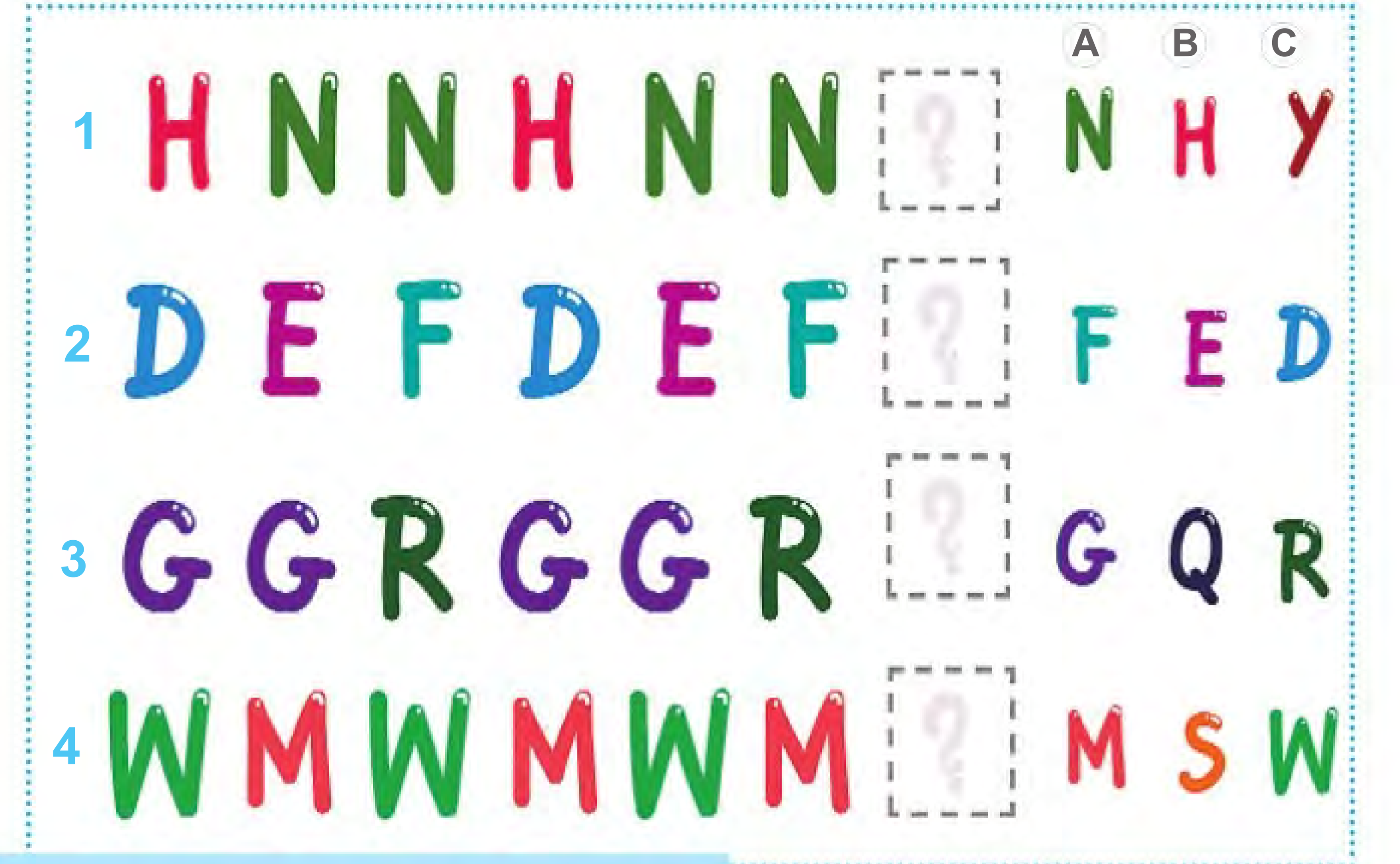
ఇంగ్లిష్ నేర్చుకుందాం

ఈ చిత్రంలో ఉన్న ఆర్కిటిక్ జంతువుల ఇంగ్లిష్ పేర్లను గడులలో గుర్తించండి.



జత కలపండి

కుడి, ఎడమవైపు ఇచ్చిన చిత్రాలను చూసి... ఏ బొమ్మకు ఏది జత అవుతుందో గుర్తించండి.

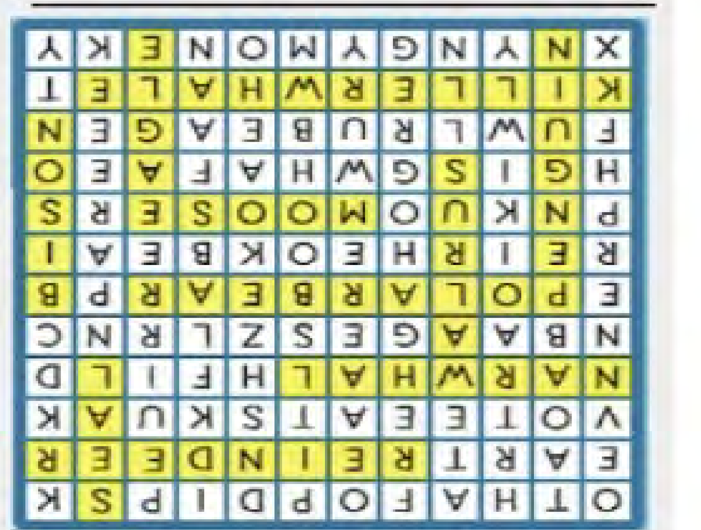


ఆ తరువాత?

ఎడమ వైపు ఇచ్చిన అక్షరాల వరుసక్రమాన్ని పరిశీలించి, కుడివైపు ఇచ్చిన అక్షరాలలో ఖాళీ గడులలో ఏవి రావాలో రాయండి.

జవాబులు

ఇంగ్లిష్ నేర్చుకుందాం:

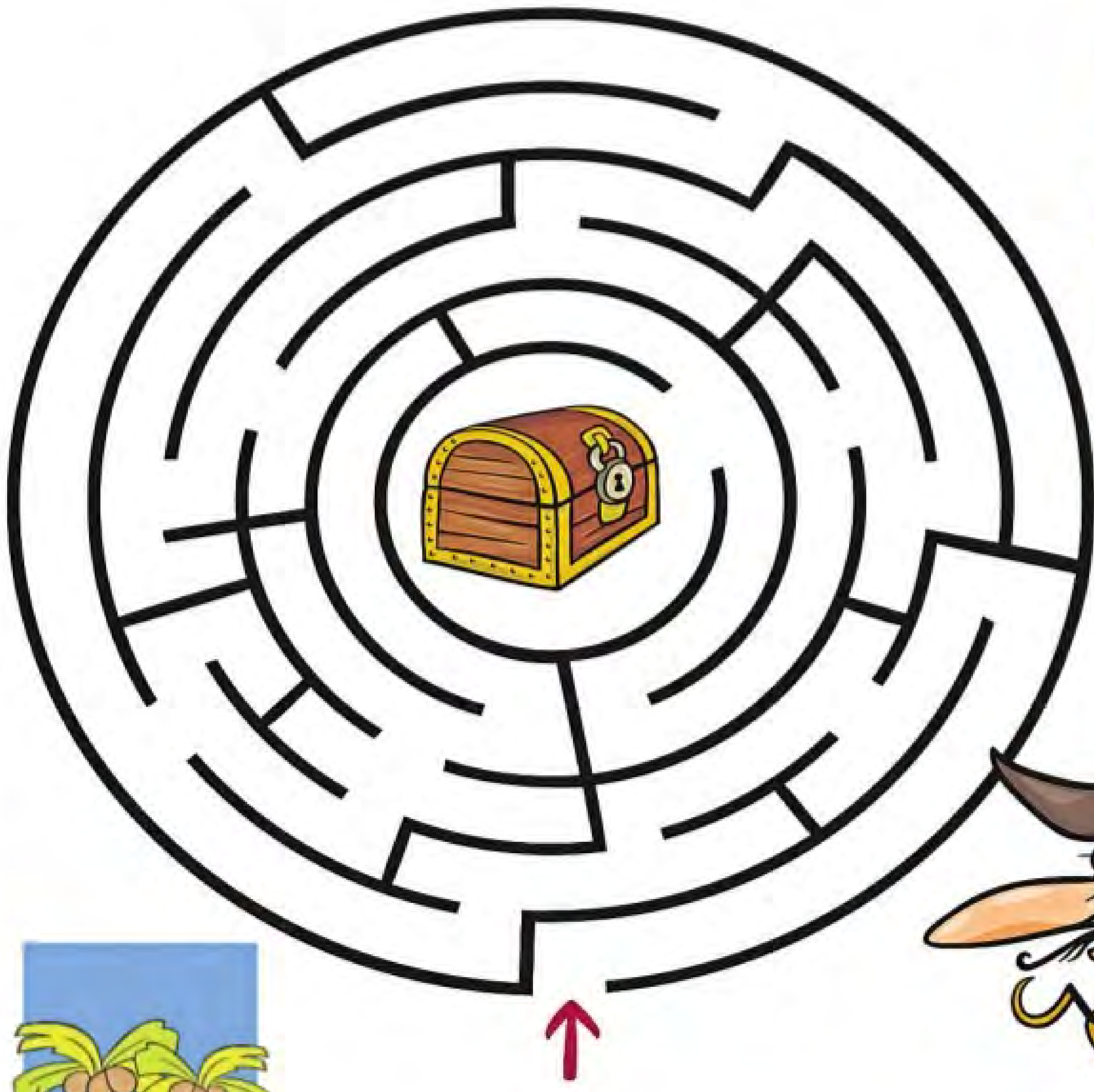


జతకలపండి: 1-B, 2-C, 3-D, 4-A

ఆ తరువాత: 1-B, 2-C, 3-A, 4-C

ఫన్‌డే మీద మీ అభిప్రాయాలను, సూచనలను మాకు తెలియజేయండి. **ప్రియదర్శిని రామ్,** ఎడిటర్, ఫన్‌డే, సాక్షి దినపత్రిక, 6-3-249/1, రోడ్ నం.1, బంజారాహిల్స్, హైదరాబాద్ – 34. funday.sakshi@gmail.com

బుక్ డిజైనింగ్: **కుసుమ**









దారి చూపండి

టోపీవాలా పెట్టె దగ్గరకు వెళ్లాలి. కానీ అతనికేమో అక్కడికి వెళ్లడానికి దారి తెలియడం లేదు. మీరు దారి చూపి ఆయనకు సహాయం చేయండి.

అది ఏది?

కింద ఇచ్చిన ఆరు నీడల్లో రామచిలక నీడ ఏదో కనిపెట్టండి.




1

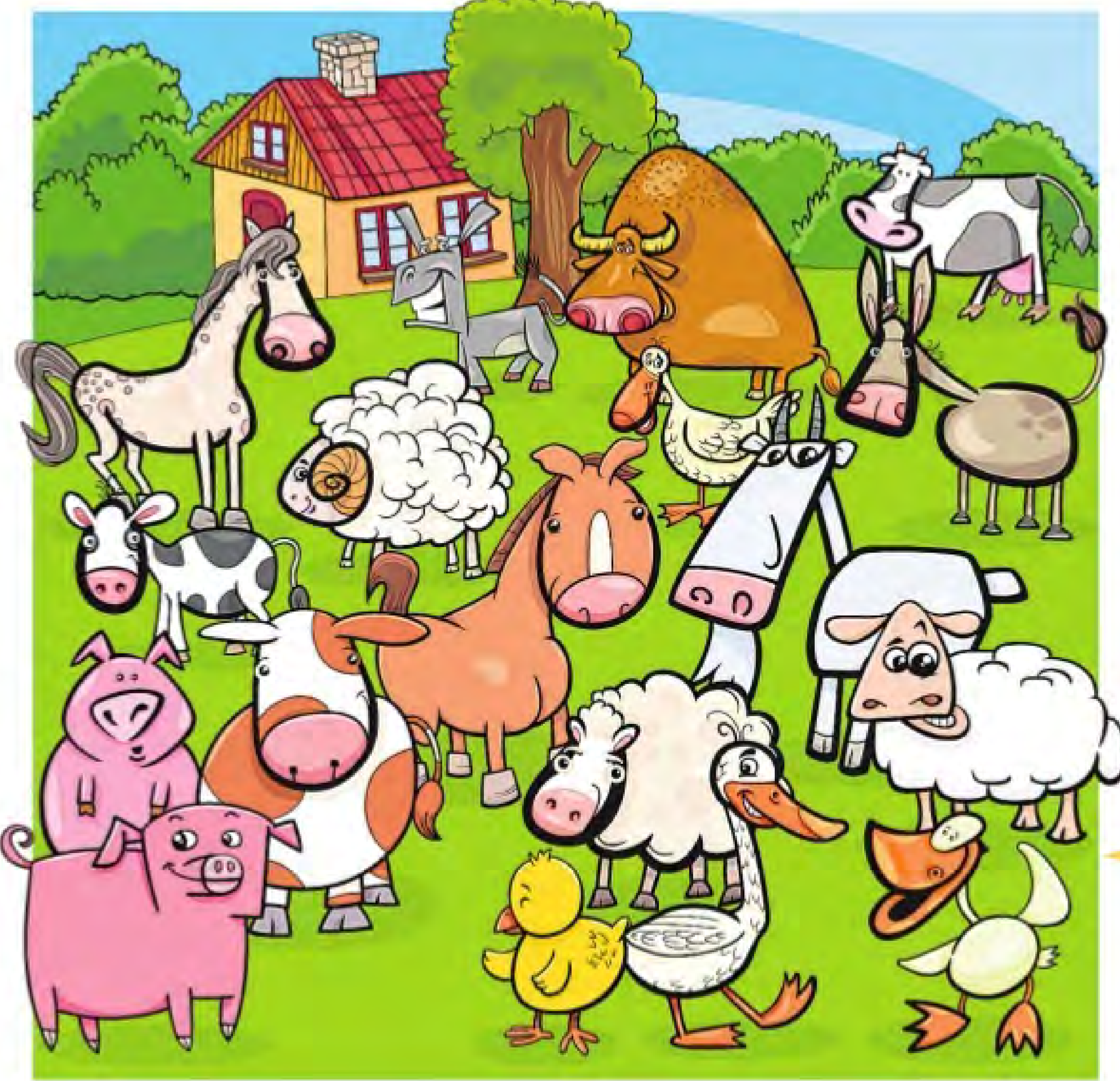

2


3


4


5


6

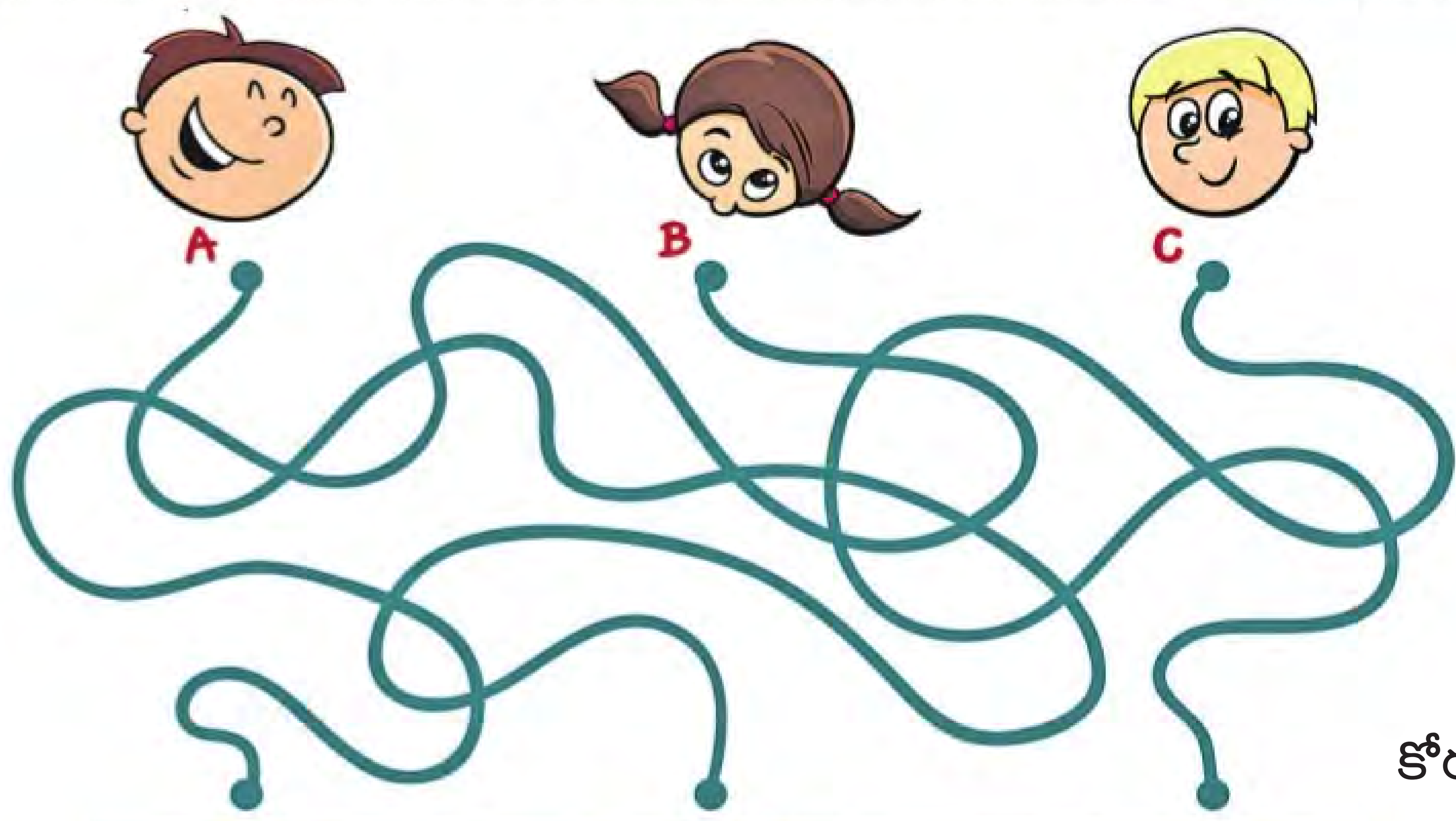


టక్కున చెప్పండి

ఈ చిత్రంలో ఎన్ని జంతువులు ఉన్నాయో టక్కున లెక్కించి చెప్పండి.

ఎవరికి ఏది?

కింద ఇచ్చిన 1, 2, 3లలో పైన ఇచ్చిన ఎ,బి,సిలు ఏది కోరుకుంటున్నారో కనిపెట్టండి.




1


2


3

జవాబులు

దారి చూపండి:



అది ఏది: 4

టక్కున చెప్పండి: 18

ఎవరికి ఏది: A-2, B-1, C-3

RNI Reg No.APTEL/2008/23482



మావద్ద లభించు గ్రంథములు

1. వ్రతకథలు - పూజలు

1.	శ్రీ వినాయక వ్రతం	వెల రూ.10-00
2.	శ్రీ విఘ్నేశ్వరపూజా-పుణ్యాహవాచనం	30-00
3.	శ్రీ విఘ్నేశ్వరపూజ (కాణిపాకక్షేత్రమాహాత్మ్యంతో)	10-00
4.	సంకష్టహరచతుర్థి శ్రీమహాగణపతి వ్రతం	30-00
5.	వరలక్ష్మీ వ్రతం	10-00
6.	కేదారేశ్వర వ్రతం	10-00
7.	త్రినాధ వ్రతం(కలర్)	10-00
8.	త్రినాధవ్రతం(సాదా)	5-00
9.	క్షీరాబ్ధి వ్రతం	12-00
10.	మంగళ గౌరీవ్రతం	10-00
11.	వైభవలక్ష్మీ వ్రతం ఫోటో యంత్రంతో	25-00
12.	శ్రీలక్ష్మీ కుబేర వ్రతం (ఫోటో యంత్రంతో)	25-00
13.	కనకమహాలక్ష్మీ వ్రతం (కామేశ్వరీపాటతో)	25-00
14.	సంతోషీమాతా వ్రతం	25-00
15.	ఏడు శనివారాల వ్రతం	25-00
16.	సత్యనారాయణవ్రతం	25-00
17.	శ్రీ సువర్చలాహనుమద్దీక్ష	30-00
18.	శివదీక్ష	10-00
19.	కాత్యాయనీ వ్రతం	20-00
20.	సౌభాగ్య గౌరీవ్రతం	20-00
21.	తిరుప్పావై (ధనుర్మాసవ్రతం)	36-00
22.	స్త్రీల వ్రతకథలు	36-00
23.	స్త్రీలవ్రతకథలుస్థూలాక్షరి (నేదునూరిగంగాధరరావుగారి)	54-00
24.	పెళ్ళి పాటలు - స్త్రీలపాటలు (కామేశ్వరిపాటతో)	36-00
25.	సర్వదేవతా పూజావిధానం	25-00
26.	ఆరువ్రతాలు	30-00
27.	రాహుకాలంలోదుర్గాదేవీపూజా	10-00

ఈ ధరలు నికరముకాదు, ఎప్పటికప్పుడు మారుచుండవచ్చును.

28.	తులసి నిత్యపూజ, తులసీఉపయోగాలు	10-00
29.	శ్రీ చక్ర రహస్య విజ్ఞానమ్	36-00
30.	శ్రీచక్ర పూజావిధానం(పెద్దది)	36-00
31.	లక్ష్మీ - గౌరీ నిత్యపూజ	10-00
32.	శ్రీ సరస్వతీ నిత్యపూజ	10-00
33.	శ్రీ దుర్గానిత్యపూజ	10-00
34.	కాలభైరవ నిత్యపూజ	10-00
35.	శివపూజ	10-00
36.	వీరభద్ర పూజ	10-00
37.	ఆంజనేయ నిత్యపూజ	10-00
38.	నాగేంద్ర స్వామి పూజ	10-00
39.	సుబ్రహ్మణ్య నిత్యపూజ	10-00
40.	రామదేవుని కథ	10-00
41.	శివదేవుని కథ	10-00
42.	లక్ష్మీనరసింహపూజ	10-00
43.	వేంకటేశ్వరపూజ	10-00
44.	బ్రహ్మంగారి నిత్యపూజ	10-00
45.	సూర్య నిత్యపూజ	10-00
46.	నవగ్రహ నిత్యపూజ	10-00
47.	రుక్మిణీ కల్యాణం	25-00
48.	ఉమామహేశ్వర వ్రతం	36-00
49.	శ్రీ కామేశ్వరీ వ్రతం	36-00
50.	16 సోమవారముల వ్రతము	25-00
51.	పార్వతీకల్యాణం	25-00
52.	సహస్రకమలవర్తి వ్రతము	25-00
53.	పంచముఖ ఆంజనేయ పూజావిధానము	36-00
54.	అష్టనాగపూజ	36-00
55.	పూజలు ఎందుకుచేయాలి ?	36-00
56.	ఏ దేవునికి ఏపుష్పాలతో పూజించాలి?	36-00
57.	ఏ దేవునికి ఏప్రసాదం నైవేద్యం పెట్టాలి?	36-00
58.	ఏదేవునికి ఏవిధముగాదీపారాధనచెయ్యాలి?	36-00
59.	ఏదేవునికి ఎన్ని ప్రదక్షిణలుచేయాలి ?	36-00
60.	హనుమద్ వ్రతం	36-00
61.	పంచాయతన పూజ	63-00
62.	28 వ్రతములు	120-00

63.	కలశపూజలు (9ఒకేసారి)	150-00
64.	కలశపూజలు (విడివిడిగా) (ప్రింటులో)	....
65.	హ్రీంకార మహాయజ్ఞం (ప్రింటులో)	....
66.	గోమాత	40-00

2. స్తోత్రాలు-సుప్రభాతములు సహస్రనామములు

1.	శ్రీ లలితా విష్ణు సహస్రనామస్తోత్రాలు పురాణపండ రాధాకృష్ణమూర్తిగారి సంకలనం	45-00
2.	లలితావిష్ణు సహస్రనామస్తోత్రములు (హిందీ) ,,	50-00
3.	లలితావిష్ణు సహస్రనామస్తోత్రములు (ఇంగ్లీషు) ,,	50-00
4.	స్థూలాక్షరిలలితావిష్ణుసహస్రనామస్తోత్రములు(పత్రికసైజ్)	99-00
5.	లలితావిష్ణు (కేస్ బైండ్) 1/8 డెమ్మి	63-00
6.	స్థూలాక్షరీ లలితావిష్ణు (క్రౌన్‌సైజు)కేస్‌బైండ్	108-00
7.	సర్వదేవతా స్తోత్రమంజరి	120-00
8.	సకలదేవతా అష్టోత్తరశతనామావళిః (63)	24-00
9.	విష్ణుసహస్రనామస్తోత్రమ్ (క్రౌన్)	25-00
10.	లలితా సహస్రనామ స్తోత్రమ్ (క్రౌన్)	36-00
11.	లలితా సహస్రనామములు	24-00
12.	లక్ష్మీ సహస్రనామములు	24-00
13.	దుర్గా సహస్రనామములు	24-00
14.	ఆంజనేయ సహస్రనామములు	24-00
15.	శివ సహస్రనామములు	24-00
16.	విష్ణు సహస్రనామములు	24-00
17.	గణపతి సహస్రనామములు	24-00
18.	సుబ్రహ్మణ్య సహస్రనామములు	24-00
19.	గాయత్రి సహస్రనామములు	24-00
20.	లలితావిష్ణు సహస్రనామస్తోత్రాలు	24-00
21.	శ్రీరామా సహస్రనామములు	24-00
22.	సరస్వతి సహస్రనామములు	24-00
23.	సూర్యసహస్రనామములు & ఆదిత్యహృదయం	24-00
24.	శ్రీవేంకటేశ్వరసహస్రనామములు	24-00
25.	మణిద్వీపవర్ణన (పెద్దది)	24-00
26.	సంధ్యావందనం	24-00
27.	మంత్రపుష్పమ్	....
28.	త్రిభాషా హనుమాన్‌చాలీసా	15-00
29.	హనుమాన్ చాలీసా	10-00

30.	మణిద్వీపవర్ణన (పాకెట్)	10-00
31.	ఆరు చాలీసాలు	10-00
32.	శివారాధన (శివస్తోత్రాలు)	10-00
33.	వేంకటేశ్వర సుప్రభాతం (పాకెట్)	10-00
34.	ఆరుదండకాలు	5-00
35.	వేంకటేశ్వర గోవిందనామములు	5-00
36.	అష్టలక్ష్మీ స్తోత్రమ్ కనకధారాస్తోత్రమ్	10-00
37.	దేవీఖడ్గమాలాస్తోత్రమ్ (మహిషాసురమర్దనీస్తోత్రంతో)	10-00
38.	సుందరకాండ (పాకెట్)	10-00
39.	భగవద్గీత మూలం	27-00
40.	రామరక్షాస్తోత్రమ్	15-00
41.	స్తోత్ర రత్నావళి	36-00
42.	పురాణపండ లలితా-విష్ణు సహస్రనామస్తోత్రమ్(మినీ)	10-00
43.	పురాణపండ లలితాసహస్రనామస్తోత్రమ్(మినీ)	10-00
44.	పురాణపండ విష్ణు సహస్రనామస్తోత్రమ్	10-00
45.	పురాణపండ ఆదిత్య హృదయం	10-00
46.	మంత్రపుష్పం (మినీ)	10-00
47.	శివానందలహరి-సౌందర్యలహరి	36-00
48.	కుజదోషం	10-00
49.	కాలసర్ప దోషం	10-00
50.	మీ అప్పులు తీరాలా?	10-00
51.	దృష్టిదోషాలు నివారణ	10-00
52.	పంచసూక్తములు	10-00
53.	సంధ్యావందనం	10-00
54.	రుద్రనమకమ్-చమకమ్	10-00
55.	గాయత్రీమంత్రాలు	10-00
56.	హయగ్రీవ స్తోత్రమాల	10-00
57.	దక్షిణామూర్తి స్తోత్రమాల	10-00
58.	ద్వాదశ జ్యోతిర్లింగాలు - పంచారామాలతో	10-00
59.	శ్రీసూక్తం పురుష సూక్తం	10-00
60.	నవగ్రహస్తోత్రమాల	36-00
61.	మహాన్యాసమ్	36-00
62.	సుందరకాండ గానామృతం	36-00
63.	గోమాతపూజావిధానము	10-00
64.	ఆనందసిద్ధి - 1 శ్రీదేవీ స్తోత్రమాల	108-00

65.	ఆనందసిద్ధి - 2 ఏ సమస్యకు ఏ స్తోత్రమ్ పారాయణచేయాలి	108-00
66.	ఆనందసిద్ధి-3 మానసదేవీ స్తోత్రమాల	108-00
67.	శ్రీ కాలభైరవ రక్షా కవచమ్	63-00
68.	అర్చన	40-00
69.	నిత్యదేవతార్చన	40-00
70.	సర్వదేవతా స్తోత్ర నిధి	99-00
71.	శ్రీచక్ర నవవరణార్చన	63-00
72.	చండీ సప్తశతి పారాయణ క్రమం	99-00
73.	శ్రీదేవి స్తోత్ర రత్నావళి 32 దేవి స్తోత్రాలకు తాత్పర్యంతో	99-00
74.	వనదుర్గా మంత్రానుష్ఠాన క్రమమ్	63-00
75.	శ్రీ కాలభైరవ వ్రతము	63-00

3. శ్రీ సాయి దత్త గ్రంథములు

1.	శ్రీ సాయిబాబా సచ్చరిత్ర	120-00
2.	సంపూర్ణ శ్రీ గురు చరిత్ర	120-00
3.	శ్రీ సాయిఆరాధన-షిర్డివైభవం	120-00
4.	శ్రీ సాయిబాబా జీవిత చరిత్ర (క్రౌన్)	63-00
5.	శ్రీ గురుచరిత్ర (క్రౌన్)	63-00
6.	నవనాథ చరిత్ర	99-00
7.	శ్రీసాయిచరిత్ర (బైండు) ప్రయాణపుపారాయణగ్రంథం	63-00
8.	శ్రీగురుచరిత్ర (బైండు) ప్రయాణపుపారాయణగ్రంథం	63-00
9.	సత్యదత్తవ్రతం దత్తాత్రేయపూజాకల్పం,సహస్రంతో	30-00
10.	అనఘాదేవీ వ్రతం	30-00
11.	భక్తుల ప్రశ్నలకు బాబా జవాబులు	30-00
12.	శ్రీ సాయిపూజాకల్పం (సహస్రంతో)	25-00
13.	శ్రీ సాయిభజనమాల	20-00
14.	శ్రీ సాయి భజన్స్	20-00
15.	శ్రీ సాయిభక్తి గీతాలు	20-00
16.	శిరిడిహారతులు (భావంతో)	20-00
17.	"శ్రీసాయి"కోటి	27-00
18.	"శ్రీసాయిరామ్"కోటి	20-00
19.	శ్రీ సాయినాథ స్తోత్రమంజరి	10-00
20.	శ్రీ సాయివేయినామాలు	8-00
21.	శ్రీ సాయి హారతులు (పాకెట్)	15-00
22.	శ్రీ సాయి స్తవనమంజరి	10-00
23.	హిందీ శ్రీ సాయి హారతులు	15-00

24.	శని సింగణాపూర్ క్షేత్రమాహాత్మ్యం	63-00
25.	ఇంగ్లీషు శ్రీ సాయిహారతులు	15-00
26.	షిరిడి దర్శనం-శ్రీసాయి వైభవం	99-00
27.	సాయిసత్యవ్రతం	30-00
28.	సాయి అనుగ్రహమ్	120-00
29.	నవగురువారాల వ్రతకల్పము	15-00
30.	శ్రీదత్తలీలామృతము	99-00
31.	హృదయంలో సాయి	15-00
32.	శ్రీషిరిడీసాయి లీలామృతం(శ్రీసచ్ఛరిత్ర)	120-00
33.	గజాననమహరాజ్ చరిత్ర	99-00

4. జ్యోతిషాలు

1.	'కాలచక్రం' గంటలపంచాంగం (గార్గేయ)	72-00
2.	గ్రహభూమి పంచాంగము (గార్గేయ)	108.00
3.	ఆనందసిద్ధి పంచాంగం (వై.వి.శాస్త్రి)	63.00
4.	ములుగు వారి రాశిఫలితాలు (12రాశులువారికి)	50.00
5.	ములుగు వారి రాశిఫలితాలు విడివిడిగాఒక్కొక్కటి	12.00
6.	కాలచక్రంజ్యోతిషక్యాలండర్	25.00
7.	గ్రహబలం క్యాలండర్ (శ్రీనివాసగార్గేయ-భక్తిటివి)	25.00
8.	శుభమస్తు (పిడపర్తి) క్యాలండర్	25.00
9.	సాదా క్యాలండర్	5.00
10.	పాకెట్ క్యాలండర్	15.00
11.	తాజకనీలకంఠీయమ్	100-00
12.	కేరళ జ్యోతిష రహస్యాలు	180-00
13.	జ్యోతిష బ్రహ్మ రహస్యాలు	180-00
14.	మానసాగరి జాతకపద్ధతి	180-00
15.	వరాహమిహిర జాతకపద్ధతి	180-00
16.	వధూవర వివాహమైత్రిద్వాదశకూటములు	99-00
17.	సింపుల్ రెమిడీస్	180-00
18.	శంభు హోరప్రకాశిక	250-00
19.	పూర్వ పరాశరి	100-00
20.	పరాశర జ్యోతిషవిజ్ఞాన సర్వస్వం	200-00
21.	ప్రశ్న సింధు	99-00
22.	నక్షత్ర విశేష ఫలితాలు	63-00
23.	సూర్యసిద్ధాంతపంచాంగగణితంచేయడంఎలా?	180-00
24.	దృక్సిద్ధాంతపంచాంగగణితం చేయడంఎలా?	180-00

25.	ఆయుర్దాయ నిర్ణయం	63-00
26.	జాతక గణిత ప్రవేశిక	63-00
27.	జ్యోతిషమర్మబోధిని	63-00
28.	జ్యోతిష ప్రశ్నోత్తరమాల	63-00
29.	ముహూర్తం నిర్ణయించడంఎలా?	63-00
30.	జాతక మకరందం	63-00
31.	జ్యోతిష సరస్వతి	63-00
32.	మీజననకాల విశేషాలు	63-00
33.	ముహూర్త విజ్ఞాన భాస్కరం	63-00
34.	జ్యోతిష స్వయంబోధిని	63-00
35.	శుభముహూర్త శిరోమణి	63-00
36.	నక్షత్ర ఫలమంజరి	36-00
37.	పంచాంగం చూసే విధానం	36-00
38.	సర్వార్థ జ్యోతిషం	36-00
39.	ప్రాథమిక జ్యోతిషం	36-00
40.	నవరత్నములు శుభయోగములు	36-00
41.	శుభశకునాలు	30-00
42.	హస్తరేఖాఫలితాలు	36-00
43.	సంఖ్యల్లో భవిష్యత్	36-00
44.	ముహూర్త దీపిక	99-00
45.	పుట్టుమచ్చలు ఫలితాలు	30-00
46.	కలలు ఫలితాలు	30-00
47.	జాతక చక్రం వేయడం ఎలా?	36-00
48.	మానసాగరి (ప్రాచీనజ్యోతిషగ్రంథం) -పుచ్చాశ్రీనివాసరావు	250-00
49.	జ్యోతిషశాస్త్ర చిట్కాలు	120-00
50.	గుప్తా శతాబ్ది పంచాంగం (1940-2050)	999-00
51.	ప్రశ్నచండేశ్వరమ్	63-00
52.	ద్వాదశభావ ఫలచంద్రిక	250-00
53.	జ్యోతిష శతయోగరత్నావళి (నూరుయోగాలఫలితాలు)	120-00
54.	అంగసాముద్రికం	36-00
55.	హస్త సాముద్రికం	63-00
56.	లాల్ కితాబ్	99-00
57.	శకునశాస్త్రం	63-00
58.	ఆధునికప్రశ్నశాస్త్రం	120-00
59.	పరాశరజ్యోతిష ప్రశ్నజ్యోతిషం	180-00

60.	అష్టకవర్గు (కొండపల్లి)	63-00
61.	బృహత్‌జాతకం (ప్రాచీనప్రతికిపునర్ముద్రణ)	250-00
62.	లగ్నరత్నాకరం	63-00
63.	షట్పంచాశిక	120-00
64.	40 రోజుల్లో జ్యోతిషంనేర్చుకొనండి	270-00
65.	40 రోజుల్లో సాముద్రికంనేర్చుకొనండి	180-00
66.	40 రోజుల్లో సంఖ్యాశాస్త్రం	180-00
67.	40 రోజుల్లో నక్షత్ర (నాడీ) ఫలితములు	270-00
68.	40 రోజుల్లో వైద్యజ్యోతిషం నేర్చుకోండి	250-00
69.	మీ పుట్టినతేదీ అద్భుతరహస్యాలు (సాయిగణపతిరెడ్డి)	270-00
70.	కె.పి.జ్యోతిషం (పరిచయం)	63-00
71.	ముహూర్తచింతామణి	99-00
72.	సూర్యచంద్ర గ్రహణములు	63-00
73.	ప్రసిద్ధవ్యక్తుల జాతకాలు (వేరేకొండప్ప)	180-00
74.	అదృష్టరెమెడీస్	144-00
75.	గ్రహసంచార ఫలనిర్ణయదీపిక	63-00
76.	జ్యోతిష రెమిడీస్	300-00
77.	జాతకమార్తాండం పాతప్రతికి యథాతథం (కొండపల్లి)	250-00
78.	జ్యోతిషవిద్యాప్రకాశిక పాతప్రతికి యథాతథం (కొండపల్లి)	250-00
79.	నాడీజ్యోతిషం	63-00
80.	నక్షత్రపారిజాతం (గోరసవీరభద్రాచార్య)	63-00
81.	లగ్నపారిజాతం (గోరసవీరభద్రాచార్య)	63-00
82.	గౌతమసంహిత	63-00
83.	హోరరత్నమాల	63-00
84.	జాతకఫల మణిమంజరి	200-00
85.	పుష్కర పంచాంగం (2013-14నుండి 2024-25)	560-00
86.	దశాభుక్తిఫల నిర్ణయం	250-00
87.	వింత జోష్యములు	63-00
88.	షోడశవర్గులు	200-00
89.	రవిగ్రహ సమస్త ప్రభావములు	99-00
90.	చంద్ర గ్రహ సమస్త ప్రభావములు	99-00
91.	కుజ గ్రహ సమస్త ప్రభావములు	99-00
92.	బుధ గ్రహ సమస్త ప్రభావములు	99-00
93.	గురు గ్రహ సమస్త ప్రభావములు	99-00
94.	శుక్ర గ్రహ సమస్త ప్రభావములు	99-00

95. శని గ్రహ సమస్త ప్రభావములు	99-00
96. రాహు & కేతు గ్రహముల సమస్త ప్రభావములు	99-00
97. ఆధునిక గ్రహములు-ఉపగ్రహములు సమస్త ప్రభావములు	99-00
98. ముహూర్తమార్తాండం	63-00
99. లఘుజాతకం	63-00
100. జాతకాలంకారము	63-00
101. మేషలగ్న ఫలితములు	99-00
102. వృషభ లగ్న ఫలితములు	99-00
103. మిధున లగ్న ఫలితములు	99-00
104. కర్కాటక లగ్న ఫలితములు	99-00
105. సింహలగ్న ఫలితములు	99-00
106. కన్యలగ్న ఫలితములు	99-00
107. తుల లగ్న ఫలితములు	99-00
108. వృశ్చిక లగ్న ఫలితములు	99-00
109. ధనుస్సు లగ్న ఫలితములు	99-00
110. మకర లగ్న ఫలితములు	99-00
111. కుంభ లగ్న ఫలితములు	99-00
112. మీన లగ్న ఫలితములు	99-00
113. నారద సంహిత	200-00
114. పంచాంగపీఠికలేఖికాగణితం	250-00
115. తారాబలం - చంద్రబలం (వేరే కొండప్ప)	99-00
116. సులభలగ్న సాధన (చిత్రాలగురుమూర్తిగుప్తా)	200-00
117. రాహు కేతువుల యోగము	99-00
118. ఛాయాగ్రహములు	99-00
119. జ్యోతిషవిజ్ఞాన దీపిక	63-00

బి.వి.రామన్ గారి గ్రంథములు

120. జ్యోతిష విద్యారంభం	50-00
121 గ్రహభావ బలములు	50-00
122. కాలచక్రదశ	50-00
123. అనుభవ ప్రశ్నాజ్యోతిషం	50-00
124. జ్యోతిషశాస్త్రంలో వాతావరణ భూకంపాలు	50-00
125. పురోగామి జాతకం	50-00
126. భావార్థరత్నాకరం	75-00
127. భారతీయజ్యోతిష సర్వస్వం	75-00
128. అష్టకవర్గ పద్ధతిః	75-00

129.	జ్యోతిషశాస్త్రంలో సందేహాలు,సమాధానాలు	75-00
130.	ప్రశ్నతంత్ర	75-00
131.	ముహూర్తం	75-00
132.	విశిష్ట జాతకములు	125-00
133.	భారతీయఫలితజ్యోతిషం	125-00
134.	300 ముఖ్యమైన యోగములు	125-00
135.	జాతకంపరిశీలించడంఎలా ?	300-00

రాష్ట్రపతి అవార్డుగ్రహీత, మహామహోపాధ్యాయ, వాచస్పతి
శ్రీ మధురకృష్ణమూర్తిగారి గ్రంథములు

136.	బృహత్పరాశరహోరాశాస్త్రము-1	200-00
137.	బృహత్పరాశరహోరాశాస్త్రము-2	200-00
138.	బృహత్పరాశరహోరాశాస్త్రము-3	200-00
139.	బృహత్పరాశరహోరాశాస్త్రము-4	200-00
140.	భావార్థరత్నాకరము	100-00
141.	ముహూర్త చింతామణి	100-00
142.	ముహుర్త చింతామణి-పార్టు2	200-00
143.	స్వప్న శాస్త్రము	36-00
144.	శతయోగమంజరి	50-00
145.	వ్రతనిర్ణయకల్పవల్లి	250-00
146.	దైవజ్ఞవల్లభం	75-00
147.	వసంతరాజశకునమ్ (బృహత్శకునశాస్త్రం)	250-00
148.	వాస్తుశాస్త్రవివేకము-1	100-00
149.	వాస్తుశాస్త్రవివేకము-2	200-00
150.	వాస్తుశాస్త్రవివేకము-3	100-00
151.	వాస్తుశాస్త్రవివేకము-4	200-00
152.	అనుభవసులభవాస్తు - 1	50-00
153.	అనుభవసులభవాస్తు - 2	100-00
154.	పంచాంగ వివేకము	99-00
155.	వశిష్ఠ సంహిత	360-00
156.	పంచపక్షి శాస్త్రం (కేస్బైండ్)	200-00

5. వాస్తులు

1.	40 రోజుల్లో "వాస్తువిద్య" నేర్చుకొనండి	180-00
2.	వాస్తుశాస్త్ర రహస్యములు	200-00
3.	వాస్తునుబట్టి మీ ఇల్లు	63-00
4.	మీరూ మీ వాస్తు	63-00

5.	గృహవాస్తు చిట్కాలు	63-00
6.	వాస్తు పూజ	63-00
7.	వాస్తు సూత్రములు	63-00
8.	వాస్తుశాస్త్ర రహస్యాలు	63-00
9.	గృహవాస్తు వర్గులు	99-00
10.	విశ్వకర్మవాస్తు శాస్త్రరీత్యా మీ ఇంటి ప్లానులు	63-00
11.	విశ్వకర్మ వాస్తుశాస్త్రరీత్యా మీఇండ్లఆయములు	99-00
12.	విశ్వకర్మ వాస్తు శాస్త్రం(చిత్రాలగురుమూర్తిగుప్తా)	180-00
13.	ఆధునిక గృహవాస్తు	99-00
14.	శుభవాస్తు	270-00
15.	వాస్తుయంత్ర రత్నావళి	120-00
16.	వాస్తుశాస్త్రం	120-00
17.	హౌస్ ప్లాన్స్	63-00
18.	గృహనిర్మాణ వాస్తు	63-00
19.	వాస్తు రెమెడీస్	63-00
20.	గృహవాస్తు దర్పణం	63-00
21.	జ్యోతిష-గృహవాస్తుచంద్రిక	200-00
22.	వాస్తురత్నాకరం (కొండపల్లి)	63-00
23.	వాస్తుశిరోమణి ,,	120-00
24.	వాస్తుసంగ్రహమ్ ,,	63-00
25.	పంచవాస్తు పారిజాతం ,,	120-00
26.	వాస్తుడిండిమమ్ ,,	63-00
27.	వాస్తుదుందిభి ,,	120-00
28.	విశ్వకర్మవాస్తుప్రకాశిక (కేస్‌బైండ్)	250-00
29.	కృష్ణవాస్తుశాస్త్రము	63-00
30.	జలవాస్తు,శల్యవాస్తు (దంతూరిపండరీనాథ్)	99-00
31.	మయవాస్తు (గోరసవీరభద్రాచార్య)	120-00
32.	వాస్తు జ్యోతి	63-00
33.	మన ఇల్లు-మనవాస్తు	99-00
34.	వాస్తవ వాస్తుపూజావిధానము	108-00
35.	వాస్తు దర్పణం	120-00

6. మంత్రశాస్త్రాలు

1.	మంత్రసాధన	63-00
2.	తంత్రజాలం	63-00
3.	మంత్రశక్తి	63-00

4.	దత్తాత్రేయ తంత్రవిద్య	63-00
5.	దత్తాత్రేయ మూలికాతంత్రమ్	63-00
6.	తాంత్రిక పంచాంగం	63-00
7.	యక్షిణీ తంత్రం	63-00
8.	మంత్రానుష్ఠాన చంద్రిక	63-00
9.	సర్వదేవతా మంత్రకవచములు	63-00
10.	మంత్రాక్షరాలరహస్యం (బీజాక్షరనిఘంటువు)	63-00
11.	సర్వదేవతా మంత్రరత్నావళి	63-00
12.	సదాచార దీపిక	63-00
13.	యోగినీ-వామకేశ్వరతంత్రం	63-00
14.	ప్రపంచసారతంత్రం	63-00
15.	బదనిక తంత్రమ్	63-00
16.	ఉచ్ఛిష్ట గణపతి తంత్రమ్	63-00
17.	గుప్త సాధన తంత్రం	63-00
18.	గంధర్వ తంత్రమ్	63-00
19.	సౌందర్యలహరి (మంత్రయంత్రరత్నావళి)	63-00
20.	యంత్ర మంత్ర తంత్ర	63-00
21.	పాశుపత తంత్రం	99-00
22.	పంచదశ మహాఖడ్గ తంత్రం	99-00
23.	రుద్రాష్టాధ్యాయః	99-00
24.	మంత్రసిద్ధి	120-00
25.	పరశురామతంత్రమ్	108-00
26.	శ్రీలలితావిలోమ పంచదశీ	108-00
27.	శ్రీ గురు తంత్రం	108-00
28.	గాయత్రీ తంత్రమ్	108-00
29.	మహాశక్తి మంత్ర తంత్ర రహస్యాలు	150-00
30.	శ్రీ దుర్గ తంత్రమ్	200-00
31.	మహామృత్యుంజయఅమృతపాశుపతమ్	200-00
32.	సర్ప (నాగ)తంత్రం	250-00
33.	హవన తంత్రం	250-00
34.	షోడశనిత్యతంత్రం	250-00
35.	శాక్తేయతంత్రం	250-00
36.	రుద్రయామళతంత్రం	250-00
37.	లక్ష్మీప్రత్యంగిరా తంత్రమ్	250-00
38.	హిరణ్యశూలినీ తంత్రమ్	250-00

39.	మాయాప్రత్యంగిరా తంత్రమ్	250-00
40.	శ్రీ విశ్వరూప ప్రత్యంగిరా తంత్రమ్	250-00
41.	స్వర్ణాకర్షణభైరవతంత్రం	250-00
42.	కాశీవిశాలాక్షి తంత్రం	250-00
43.	శాంతితంత్రమ్	250-00
44.	యంత్రసిద్ధి	360-00
45.	శ్రీ లక్ష్మీతంత్రమ్	360-00
46.	మంత్రమహోదధి (స్త్రీదేవతాఃకల్పమ్)	360-00
47.	మంత్రమహోదధి (పురుషదేవతాఃకల్పమ్)	360-00
48.	మంత్రశాస్త్రం (గ్రంథము)	360-00
49.	ప్రత్యంగిరాకృత్యాతంత్రం	360-00
50.	కామధేనువు తంత్రం	360-00
51.	శూలినీదుర్గాతంత్రం	360-00
52.	శ్రీవిద్య రహస్యం	290-00
53.	కులార్ణవ తంత్రమ్	150-00
54.	ఆచార్య సిద్ధ నాగార్జునతంత్రం (ఒరిజనల్)	390-00
55.	సిద్ధమూలిక రహస్యం (మంత్ర,యంత్రసహితం)	63-00

7. గ్రంథాలు - ఆరాధనలు

1.	భగవద్గీత శ్లోక తాత్పర్య సహితం	54-00
2.	భగవద్గీత (వచనం)	99-00
3.	భగవద్గీత శ్లోకతాత్పర్యం-కేసుబైండింగ్	72-00
2.	గణేశ ఆరాధన 1	99-00
3.	గణేశోపాసన 2	99-00
4.	నవగ్రహవైభవం	99-00
5.	నవగ్రహ రెమెడీస్	99-00
6.	నవగ్రహ వేదం	99-00
7.	శనిగ్రహారాధన	99-00
8.	ఆదిత్యారాధన	99-00
9.	సుబ్రహ్మణ్యారాధన	99-00
10.	శ్రీ శివ ఆరాధన	99-00
11.	లక్ష్మీ ఆరాధన	99-00
12.	హనుమదారాధన	99-00
13.	లలితారాధన	99-00
14.	శ్రీ చక్రారాధన	99-00
15.	గాయత్రీ ఆరాధన	99-00

16.	వీరభద్రారాధన	99-00
17.	కుజగ్రహారాధన	99-00
18.	భైరవారాధన	99-00
19.	దైవారాధన	99-00
20.	గీతారాధన (భగవద్గీత శ్లోకతాత్పర్యసహిత)	99-00
21.	శ్రీవేంకటేశ్వరాధన	99-00
22.	హయగ్రీవారాధన	99-00
23.	లక్ష్మీనరసింహారాధన	99-00
24.	శ్రీ బాలాత్రిపురసుందరీ స్తోత్ర కదంబం	99-00
25.	దేవీ లీలామృతం	99-00
26.	పురాణపండ సుందరకాండ వచనం	99-00
27.	పురాణపండ రామాయణం	99-00
28.	పురాణపండ భారతం	99-00
29.	పురాణపండ భాగవతం	99-00
30.	(సూరి) వాల్మీకి రామాయణం	99-00
31.	కాలసర్ప యోగం	99-00
32.	నిత్య జీవితములో రుద్రాక్షలు	99-00
33.	నిత్య జీవితములో నవరత్నాలు	99-00
34.	వేదసూక్తములు	99-00
35.	వేమన పద్యసారామృతం	99-00
36.	పండగలు పర్వదినాలు	99-00
37.	సూక్తిరత్నాలు	99-00
38.	హనుమచ్చరిత్ర	99-00
39.	నవగ్రహ దర్శనమ్	99-00
40.	నిత్యజీవితంలో నవగ్రహాలు	99-00
41.	సాలగ్రామములు	99-00
42.	గురుశుక్ర ప్రభావము చంద్రకళానాడీ	99-00
43.	శనిగ్రహరెమిడీస్	99-00
44.	జాతకసుధాసారము-జాతకమోక్షప్రదాయిని	99-00
45.	వివాహజ్యోతిషమంజరి-మ్యారేజ్‌మ్యాచింగ్‌గైడ్ (సాయిగణపతిరెడ్డి)	99-00
46.	మీపుట్టినతేదీనిబట్టి మీజీవితరహస్యాలు (న్యూమరాలజీ లైఫ్‌గైడ్) ,,	99-00
47.	మీఅదృష్టానికి (పేరు) నేమ్‌కరక్షన్ ,,	99-00
48.	న్యూమరాలజీ రెమిడీస్	99-00
49.	మూకపంచశతీ	99-00
50.	శ్రీరామకర్ణామృతం	99-00

51.	రహస్యకుక్కుటశాస్త్రం	300-00
52.	ఉపాసన విధానం	99-00
53.	పంచమవేదం మహాభారతం	99-00
54.	దేవుళ్ళ డాట్ కామ్	99-00
55.	గణపతిభాష్యం	99-00
56.	యజుర్వేద ఉపనయనవివాహప్రయోగమంజరి	99-00
57.	నవయోగులు	99-00
58.	ఆంధ్రప్రదేశ్‌లోనిదర్శించవలసిన ప్రముఖదర్గాలు	99-00
59.	సకలదేవతాఅష్టోత్తరాలు(పెద్దది)-(180అష్టోత్తరశతనామావళులతో)	99-00
60.	సకలదేవతా అష్టోత్తరశతనామావళులు (కేస్‌బైండింగ్)	216-00
61.	సకలదేవతా సహస్రనామములు	99-00
62.	ఆధ్యాత్మిక సూక్తి నిధి	99-00
63.	బ్రాహ్మణులు గోత్రాలు,ప్రవరలు	99-00
64.	సర్వదేవతాస్వరూపుడు శ్రీ వేంకటేశ్వరుడు	99-00
65.	శ్రీ లక్ష్మీసన్నిధి	99-00
66.	శ్రీలక్ష్మీగణపతి హోమకల్పం	99-00
67.	మార్షల్‌ఆర్ట్స్ (కరాటే,కుంగ్‌ఫూనేర్చుకోండి)	99-00
68.	మ్యాజిక్‌గైడ్	99-00
69.	చదరంగం	99-00
70.	పంచముఖ హనుమత్ వైభవం	63-00
71.	గరుడపురాణం	40-00
72.	మాఘపురాణం	36-00
73.	శివపురాణం	36-00
74.	వైశాఖపురాణం	36-00
75.	కార్తీక పురాణం	36-00
76.	కార్తీక పురాణం (చిన్నది)	25-00
77.	సర్వకార్యసిద్ధికి రామాయణపారాయణ	63-00
78.	పెద్దబాలశిక్ష	50-00
79.	గాయత్రీ మహిమ	36-00
80.	వృక్షదేవతలు	63-00
81.	యాజుష స్మార్త సంస్కార చంద్రిక	200-00
82.	సనాతనవైదిక బ్రాహ్మణస్మార్తాగమకల్పమ్	150-00
83.	చతుర్వేదములు	120-00
84.	నవగ్రహారాధన	120-00
85.	తాళపత్ర సమాహార గోపురం	120-00
86.	మనుధర్మ శాస్త్రం (వచనంలో...) (కేస్‌బైండు)	250-00

87.	మానవధర్మములు		120-00
88.	వేదమంత్ర సంహిత		120-00
89.	సహస్రలింగార్చన		120-00
90.	శ్రీ శివగీత		120-00
91.	ద్వాదశఉపనిషత్తులు		120-00
92.	పురాణపండవారి సౌందర్యలహరి	(కేస్‌బైండ్)	250-00
	(శ్లోకతాత్పర్యసహిత విపులవ్యాఖ్యతో)	సాదా	120-00
93.	బృహత్ శివ స్తోత్ర రత్నాకరము		200-00
94.	బృహత్ దేవీ స్తోత్రరత్నాకరము		200-00
95.	బృహత్ విష్ణు స్తోత్రరత్నాకరము		200-00
96.	కేదారనాథ్ బదరీనాథ్ యాత్రాగైడు		63-00
97.	దక్షిణావృత శంఖములు		63-00
98.	108 దివ్యదేశాల విష్ణుక్షేత్రదర్శని		36-00
99.	ధర్మసింధువు(కేస్‌బైండింగ్)		270-00
100.	భారతీయ శైవక్షేత్రయాత్రాదర్శిని		99-00
101.	చిలుకూరి బాలాజీచరిత్ర		36-00
102.	భగవత్‌స్తుతి		63-00
103.	సూర్యోపాసన		36-00
104.	కాశీఖండం		250-00
105.	దేవీభాగవతం		360-00
106.	శ్రీ ఆంజనేయం		216-00
107.	ధర్మసందేహాలు		216-00
108.	ఆధ్యాత్మిక దైవిక వస్తువులు		250-00
109.	రామాయణం		600-00
110.	పోతన భాగవతం		900-00
111.	శివమంత్రములు		63-00

8. వైద్య గ్రంథాలు

1.	ఆహారం ఆరోగ్యం	36-00
2.	మూలికావైద్య చిట్కాలు	36-00
3.	ఆయుర్వేద వైద్య చిట్కాలు	30-00
4.	గృహవైద్య రహస్యాలు	36-00
5.	గృహవైద్యసారం	36-00
6.	హోమియోవైద్యం (ద్వాదశలవణచికిత్స)	63-00
7.	ప్రకృతివైద్యం	36-00
8.	ఆహారం-వైద్యం	99-00

9.	సంపూర్ణ ఆయుర్వేద-చిట్కా వైద్యం	99-00
10.	ఆయుర్వేదమ్	36-00
11.	ఆయుర్వేద మూలికావైద్యదీపిక	99-00
12.	దుంపకూరలు, ఆకుకూరలు, కాయగూరలు (వాడకం - ఉపయోగాలు)	99-00
13.	ఏకమూలికావైద్యం	99-00
14.	అష్టాంగ హృదయం (4భాగాలు)	1200-00
15.	రహస్యసిద్ధయోగవైద్యసారమ్	99-00
16.	ప్రాథమిక హోమియోవైద్యం	99-00
17.	ఒబెసిటి	99-00
18.	హెల్త్‌గైడ్	99-00
19.	ఆయుర్వేదం-జీవనవేదం	99-00
20.	ఫుడ్‌థెరపి	63-00
21.	న్యాచురల్‌థెరపి	99-00
22.	సంపూర్ణఆరోగ్యానికి 20ని॥	63-00
23.	కీళ్ళనొప్పులు మీ సమస్యలైతే...	99-00
24.	యోగామంత్ర	63-00
25.	యోగా మండే టు సండే	63-00
26.	హెర్బల్ మెడిసిన్-హెల్త్‌టుడే	99-00
27.	హెల్త్‌ఫైల్	108-00
28.	వస్తుగుణపాఠం	250-00
29.	రసాయన వాజీకరణ తంత్రం	150-00
30.	వస్తుగుణ మకరందం	400-00
31.	నాటువైద్యం -(కేస్‌బైండ్)	360-00
32.	నాటువైద్యం (చిన్నది)	99-00
33.	ప్రాణాయామము-యోగ	63-00

9. అయ్యప్ప - భవానీ రకాలు

1.	శ్రీ అయ్యప్ప లీలామృతం	30-00
2.	శ్రీ అయ్యప్ప భజనపాటలు	63-00
3.	శ్రీ అయ్యప్ప పూజాకల్పం	20-00
4.	శ్రీ అయ్యప్ప భక్తి గీతాలు	20-00
5.	హారతిగైకొనుమా	40-00
6.	శ్రీ అయ్యప్ప దీక్ష F	10-00
7.	శ్రీ అయ్యప్ప భజనమాల F	10-00
8.	శ్రీ అయ్యప్ప నిత్యపూజ P	10-00

9.	శ్రీ అయ్యప్ప నిత్యనియమావళి P	10-00
10.	భవానీదీక్ష (శ్రీ భవానీ లీలామృతం)	36-00
11.	దేవీలీలామృతం	99-00
12.	శ్రీ దేవీ పూజాకల్పం	20-00
13.	దేవీ భక్తిగీతాలు	20-00
14.	భవానీదీక్ష P	10-00
15.	దేవీ భక్తిమాల F	10-00
16.	శ్రీ అయ్యప్ప భజనావళి	120-00
17.	అయ్యప్పపూజావిధి (జేసుదాసుసాంగ్స్‌తో)	24-00

10. భజనలు - కీర్తనలు

1.	అన్నమయ్య కీర్తనలు	20-00
2.	శ్రీరామదాసు కీర్తనలు	20-00
3.	సర్వదేవతా మంగళహారతులు	20-00
4.	వసుంధర మంగళ హారతులు	25-00
5.	సౌభాగ్య దేవతా మంగళహారతులు	36-00
6.	సర్వదేవతా భజనలు	36-00
7.	చిట్టి పొట్టి పాటలు	10-00
8.	జాతీయ గీతాలు	10-00
9.	దేశభక్తి గీతాలు	36-00
10.	పండుగలు-పుణ్యక్షేత్రాలు భక్తిగీతాలు	36-00
11.	గొబ్బిళ్ళపాటలు,లాలిపాటలు,కోలాటపాటలు	36-00
12.	అన్నమయ్య సంకీర్తనలు	99-00
13.	పెళ్ళిపాటలు-స్త్రీలపాటలు	36-00
14.	భక్తానంద భజనకీర్తనలు(ఓల్డ్‌సినీస్టైల్)	36-00
15.	సర్వదేవతాభక్తిమణిమాల	36-00
16.	బతుకమ్మ ఉయ్యాల పాటలు	36-00
17.	అన్నమయ్య సంకీర్తనానిధి(1000కీర్తనలు)	270-00

11. హిట్స్ సాంగ్స్

1.	ఘంటసాల భక్తిగీతాలు-భగవద్గీత	36-00
2.	ఎస్.పి.బాలు భక్తిగీతాలు	36-00
3.	ఘంటసాల సుమధురగీతాలు	99-00
4.	పి. సుశీల సుమధురగీతాలు	99-00

5.	ఎస్.పి. బాలు సుమధురగీతాలు	99-00
6.	ఎస్.జానకి సుమధురగీతాలు	99-00
7.	వేటూరి సుందరరామమూర్తిహిట్స్	99-00
8.	సర్వదేవతా సినీభక్తిగీతాలు	99-00

12. స్త్రీలకు ఉపయుక్త పుస్తకములు

1.	శ్రీకాంతామణి వంటలు (వెజ్)	63-00
2.	శ్రీకాంతామణి వంటలు (నాన్‌వెజ్)	63-00
3.	శాకాహార వంటలు	30-00
4.	మాంసాహారవంటలు	30-00
5.	చిట్టిచిట్కాలు	30-00
6.	అందానికి చిట్కాలు	30-00
7.	పిల్లల పేర్లు (పెద్దది)	30-00
8.	పిల్లల పేర్లు (చిన్నది)	10-00
9.	లేటెస్ట్ ఎంబ్రాయిడరీ శాలీబోర్డర్స్	36-00
10.	లేటెస్ట్ ఎంబ్రాయిడరీ డిజైన్స్	36-00
11.	చిన్నారులకు చిరుతిళ్ళు	30-00
12.	పసందైన ఫాస్ట్‌ఫుడ్ వంటలు	30-00
13.	పలావ్‌లు, ఫ్రైడ్ రైస్‌లు, వెరైటీరైస్‌లు	30-00
14.	వేపుళ్ళు-ఇగుర్లు	30-00
15.	బ్రేక్‌ఫాస్ట్ వంటలు	30-00
16.	పండుగలలో చేసుకొనే పిండివంటలు	30-00
17.	మైక్రోవేవ్ వంటలు	99-00
18.	సర్వదేవతాభక్తిమాల	36-00
19.	పిల్లలపేర్లు (బాబు)	36-00
20.	పిల్లలపేర్లు (పాప)	36-00
21.	మోడ్రన్ మెహంది (గోరింటాకు డిజైన్స్)	36-00
22.	మోడ్రన్ పిల్లలపేర్లు	99-00
23.	నోరూరించే నాన్‌వెజ్‌వంటలు	99-00
24.	మోడ్రన్ టైలరింగ్ (లేడీస్ & జంట్స్)	99-00

వివిధ రకాలు

ఎందరోమహానుభావులు	270-00
యోగాసనాలు	36-00
సూర్యనమస్కారములు	36-00
పొడుపు కథలు (చిన్నవి)	10-00

హిందీ-తెలుగు-స్వబోధిని	20-00
ఇంగ్లీషు-తెలుగు-స్వబోధిని	20-00
జనరల్ నాలెడ్జ్	20-00
నూరు ఎక్కాలు	10-00
1-100 టేబుల్ బుక్	10-00
1-100 టేబుల్‌బుక్ (క్రౌన్‌సైజు)	4-50
శ్రీరామకోటి	27-00
శ్రీశివకోటి	27-00
మేజిక్	30-00
అంకెలతో గారడీ	30-00
హృదయస్పందన (కవితలు)	30-00
వాత్స్యయన కామసూత్రాలు	36-00
ఎ.పి.టూరిస్ట్ గైడు	36-00
ఇంద్రజాల రహస్యాలు	30-00
మహేంద్రజాల రహస్యాలు	30-00
శరీరభాష (బాడీ లాంగ్వేజ్)	99-00
క్రియాయోగం	36-00
ఆనందంగా జీవిద్దాం	99-00
హరిశ్చంద్ర నాటకం	50-00
వాత్సాయనకామసూత్రాలు	99-00
పంచసాయకం	99-00
రతిరహస్యాలు	99-00
అనంగరంగం (కంభంపాటి స్వయంప్రకాష్)	99-00
శృంగారకేళి (కంభంపాటి స్వయంప్రకాష్)	99-00
గాయత్రీవిజ్ఞాన్	99-00
చింతామణి (నాటకం)	50-00
బాలనాగమ్మ	50-00
కాళహస్తి స్త్రీల వ్రతకథలు	36-00
కాళహస్తి రామాంజనేయ యుద్ధం(బదిరెడ్డి)	50-00
కాళహస్తి గోవింద నామాల భగవద్గీత	36-00
కాళహస్తి గృహవాస్తు చింతామణి	99-00
కాళహస్తి గృహవాస్తు మర్మాలు (బైండు)	63-00
రామరాయవాస్తుశాస్త్రం(ముద్రగడరామారావు)	90-00
ఎం.ఎస్.ఆర్.హనుమాన్‌చాలీసా	10-00
ఎం.ఎస్.ఆర్.సుందరకాండ	80-00
బ్రహ్మంగారిజీవితచరిత్ర (జవంగుల)	125-00
శ్రీ ఆదిశంకరాచార్య దివ్యచరితామృతం	40-00

కాశీరామేశ్వర మజిలీ కథలు	63-00
శ్రీలలితాసహస్రనామము(భాస్కరభాష్యం)	600-00
ప్రకృతిసిద్ధాంతములు-వేదవిజ్ఞానము-ఫలితజాతక సూత్రములు	595-00
ముదుండి విశ్వనాథరాజుగారి గ్రంథములు	
విశ్వకర్మ ప్రకాశము	80-00
ప్రాచీనవాస్తుశాస్త్రాలు-ఆధునికవాస్తుపరిశీలన ,,	250-00
నారద సంహిత ,,	150-00
వాస్తురాజవల్లభము-మూలానువాదము ,,	60-00
మయమతము - వచనము ,,	80-00
బృహత్సంహిత - వచనము ,,	160-00
వాస్తువిజ్ఞానజ్యోతి	......
పురోహిత దర్శని (గోరసవీరభద్రాచార్య)	....
విశ్వకర్మవాస్తువిద్యారహస్యములు ,,	....
వాస్తు విజ్ఞాన చంద్రిక ,,	....
మహాదశా పారిజాతం ,,	....
వాస్తు నారాయణీయం ,,	120-00
యోగావళీఖండం ,,	120-00
ముహూర్తసింధువు	150-00
సర్వార్థచంద్రిక (4భాగాలు)	1208-00
మీరే న్యూమరాలజిస్ట్ (దావూద్)	370-00
నిర్ణయసింధు (2భాగాలు)	590-00
సాయి... ,,	45-00
శ్రీ దుర్గానందలహరి ,,	200-00
ఆరతిసాయిబాబా ,,	11-00
ప్రతిష్ఠకల్పః(సాగి నరసింహమూర్తి)	500-00
తాజుద్దీన్‌బాబా సచ్చరిత్ర	100-00

సుమారు 100 సం॥రాలునాటి ప్రాచీన ప్రతులు తిరిగి
ఈ క్రింది గ్రంథములు ప్రచురించబడినవి.

శ్రీరామ మంత్రానుష్ఠానము	300-00
శ్రీరామనవరాత్రోత్సవకల్పః	300-00
సీతారామ కథా సుధ అయోధ్యకాండ	200-00
సీతారామ కథా సుధ బాలకాండ	150-00
అరణ్యకాండ	100-00
శ్రాద్ధము ఎందుకు పెట్టాలి ? షోడశ సంస్కారములు	200-00
స్మార్త కాపర్ది కారికలు	200-00
నపుంసక సంజీవనము, వైద్య శిరోమణి	200-00
విషవైద్య చింతామణి	200-00

హేమాద్రి సూరిణా ప్రాయశ్చిత్తాధ్యాయః	300-00
సర్వమూలికా గుణరత్నాకరం	300-00
ఆపస్థంబీయ ధర్మసూత్రాలు	300-00
సర్వశాంతి దర్పణం - అపర ప్రయోగ దర్పణం	200-00
గణకరంజని	200-00
సంతాన దీపిక	200-00
తిథినిర్ణయ కాణ్డః	250-00
ముహూర్త దర్పణం	200-00
జ్యోతిష శాస్త్ర రత్నము (శ్రీపతిజాతక పద్ధతి)	250-00
లఘుతాచకము	200-00
శ్రీ వైఖనస పైతృమేదిక ప్రయోగః	300-00
స్మృతి రత్నాకరము (ధర్మశాస్త్రం)	400-00
జాతకామృతతసారం	300-00
జాతక బోధిని	300-00
సంగీత విద్యాదర్పణం	300-00
సంగీత సర్వార్థసారసంగ్రహం	300-00
ముహూర్త మార్తాండం(టీకతాత్పర్యం)	450-00
జాతకరహస్యం	200-00
రాజమార్తాండం	200-00
ఆయుర్దాయదీపిక	200-00
వైద్యామృతం	200-00
అనుపానమంజరీ	200-00
నవగ్రహశాంతి విధానం-ఉదకశాంతి విధిః	200-00
చికిత్సరత్నము	200-00
స్వరచింతామణి	200-00
ద్వాదశలోహ భస్మవిధానం	200-00
దైవజ్ఞయశో విభూషణం	200-00
అనుపాన రత్నకరము	200-00
కాలామృతము	250-00
దైవజ్ఞకర్ణామృతము	300-00
రసేంద్ర చింతామణి	300-00
రసరత్న సముచ్చయం	300-00
వస్తుగుణరత్నాకరము	300-00
హోరానుభవదర్పణము	360-00
విశ్వకర్మ ప్రకాశిక వాస్తుశాస్త్రము	250-00
స్త్రీజన కల్పవల్లి	450-00
సంగీత సర్వార్థ సంగ్రహం	300-00
సంగీత సుధాసంగ్రహము	250-00
అర్క ప్రకాశము	200-00
సంగీత మార్తాండము	200-00
సంగీత ప్రధమబోధిని	200-00

వైద్యకల్పతరువు	200-00
రసప్రదీపిక	250-00
గణకానందము	250-00
శ్రీ లలితాసహస్రనామావళిః-వివరణాత్మక భావంతో	200-00
నవచండీ వేదోక్త శ్రీ దేవీ పూజాకల్పం	200-00
శ్రీ గాయత్రీ అనుష్ఠాన తత్త్వప్రకాశిక	360-00
సంగీతమార్తాండము	250-00
సారావళి	360-00
భేషజకల్పము	200-00
గురుశిష్య ఆయుర్వేద వైద్యచింతామణి	360-00
జాతకమణి	200-00
సర్వశకున ప్రకాశిక	200-00
యాజుష ప్రయోగ చంద్రిక	250-00
శిక్షావల్లీ-ఆనందవల్లీ-భృగువల్లీ	300-00
వసంతరాజ శకునము	250-00
తొట్టి వైద్యం	450-00
జ్యోతిష సిద్ధాంత సంగ్రహము (పంచాంగ గణితం)	300-00
సహస్ర యోగప్రకాశిక	300-00
శ్రీవిద్యారహస్యం	290-00
మహర్షుల చరిత్ర 1,3 300+300	
వేంకట సోమయాజీయం అను ధర్మశాస్త్రకాండము	250-00
శ్రీఆంజనేయం	216-00
రాశితుల్యవత్సర ఫలితం	200-00
నాడి జ్యోతిష విశ్లేషణ	400-00
రహస్యకుక్కుటశస్త్రం	300-00
స్త్రీ ధర్మరత్న బాండాగారము	200-00
శైవోత్సవరత్నాకరం	300-00
యాజుషప్రయోగ చిన్తామణి	300-00
సుస్వర ఋగ్వేద ప్రయోగదర్శిని	300-00
ఆయుర్వేద వైద్య సంగ్రహం	300-00
వశిష్ఠ సంహిత	360-00
హోమియోపతి గృహవైద్యం	200-00
వ్రతచూడామణి	300-00
వైశ్యధర్మప్రకాశిక	300-00
ఆలయ నిత్యార్చన పద్ధతి	200-00
స్మృతిముక్తాఫలం	300-00
ఆపస్థంబయల్లాజీయమ్	300-00
జ్యోతిషశాస్త్రసంగ్రహము	200-00
కర్మవిపాకాఖ్యయం	360-00
ముహూర్త రత్నావళి	250-00
సుదివిలోచనం	300-00
ఉత్తర కాలామృతం	200-00
సర్వవిషయ సర్వస్వసంగ్రహం	200-00